



「岡垣町イメージキャラクター
びわん＆びわすけ」

8,9 月の学校給食献立予定表

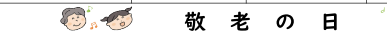
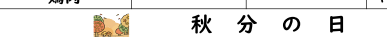


今月使用予定の地場産(岡垣町周辺)食材

米 水菜 ねぎ パプリカ なす 冬瓜
ピーマン 小松菜 きゅうり 椎茸 アスパラガス



岡垣町中学校給食センター

日 曜	献 立 名		主 要 材 料 と 体 内 で の 働 き						エネルギー (Kcal)
			おもに体の組織をつくる(赤のグループ)		おもに体の調子を整える(緑のグループ)		おもにエネルギーになる(黄のグループ)		
	主食	牛乳 副食	1群 (魚、肉、卵、豆、豆製品)	2群 (牛乳、小魚、海藻)	3群 (緑黄色野菜)	4群 (その他の野菜、果物)	5群 (穀類、いも類、砂糖)	6群 (油脂)	
26 火	 麦ご飯	 ガバオライス フォー・ガー	鶏肉 豚肉	牛乳	パプリカ 人参 ピーマン(ねぎ)	にんにく しょうが もやし 玉ねぎ えのき レモン	(米) 麦 砂糖 米粉 麵 片栗粉	油 ごま油	715
27 水	 柏型パン	 セルフ照焼きチキンバーガー (照焼きチキン・コールスロー) ジャーマンスープ	鶏肉 ベーコン	牛乳	人参 アスパラガス	しょうが キャベツ コーン レモン 玉ねぎ セロリ	柏型パン 砂糖 片栗粉 じゃがいも	マヨネーズ	703
28 木	 白ご飯	 焼き肉 ワンタンスープ	豚肉 鶏肉	牛乳	人参 ピーマン	キャベツ 玉ねぎ にんにく しょうが 白ねぎ きくらげ えのき コーン	(米) 麦 砂糖 ワンタン 片栗粉	油 ごま油	706
29 金	 麦ご飯	 831たっぷりキーマカレー フルーツヨーグルト和え	鶏肉 豚肉 大豆	牛乳 ヨーグルト	人参 ピーマン トマト	しょうが にんにく 玉ねぎ コーン 枝豆 みかん パイン 黄桃	(米) 麦 じゃがいも 小麦粉	バター 油	806
1 月	 ねじりパン	 ミネストローネ 缶詰サラダ パイン缶	ベーコン 白いんげん豆 ツナ	牛乳	トマト パセリ 人参	玉ねぎ キャベツ セロリ マッシュルーム 切干大根 きゅうり コーン パイン	ねじりパン シェルマカロニ	マヨネーズ	651
2 火	 白ご飯	 ピリ辛肉じゃが 和風サラダ	豚肉 鶏肉	牛乳 わかめ	人参 いんげん	しょうが にんにく 玉ねぎ キャベツ きゅうり レモン	(米) 麦 じゃがいも こんにゃく 砂糖	油	700
3 水	 ワンローフパン	 ホキのムニエル ミニサラダ 黒豆きなこクリーム 豆と野菜のスープ	ホキ ツナ ベーコン レンズ豆 ひよこ豆 白いんげん豆	牛乳	人参	キャベツ 玉ねぎ コーン レモン 玉ねぎ	ワンローフパン 小麦粉 砂糖 こんにゃく	バター 油 黒豆きなこクリーム	667
4 木	 白ご飯	 鶏肉と大豆の揚げからめ ゆかり和え わかめとキャベツのみそ汁	鶏肉 大豆 豆腐 油揚げ みそ	牛乳 わかめ ひじき	人参	しょうが キャベツ きゅうり えのき	(米) 麦 片栗粉 砂糖	油	783
5 金	 白ご飯	 焼き餃子(2個) パンサンスー ジャージャン豆腐	餃子 焼豚 鶏肉 豚肉 厚揚げ 赤みそ	牛乳	人参 パプリカ	キャベツ きゅうり(椎茸) 枝豆 しょうが	(米) 麦 春雨 砂糖 片栗粉	油 ごま油	839
8 月	 県産小麦食パン	 鶏肉のソース焼き ツナサラダ マーガリン 白いんげんの豆乳ポタージュ	鶏肉 ツナ ベーコン ガルバンソー 豆乳 白いんげん豆	牛乳	人参 パセリ	きゅうり キャベツ レモン 玉ねぎ えのき エリンギ	県産小麦食パン 砂糖 じゃがいも	マーガリン 油	755
9 火	 麦ご飯	 衣笠丼 水菜のはりはりごま和え	油揚げ 卵 鶏肉	牛乳	人参 水菜	玉ねぎ(椎茸) 切干大根 白ねぎ きゅうり もやし	(米) 麦 砂糖	ごま	726
10 水	 パインパン	 豆乳コーンシチュー ハムサラダ	鶏肉 ベーコン 豆乳 白いんげん豆 ハム	牛乳 チーズ	人参 パセリ	玉ねぎ コーン きゅうり キャベツ	パインパン じゃがいも 小麦粉 砂糖	バター 油	721
11 木	 ゆかりご飯(減量)	 かしわうどん ごぼうのマヨネーズ和え	鶏肉 かまぼこ 油揚げ ツナ	牛乳	人参 ねぎ	玉ねぎ(椎茸) ごぼうきゅうり コーン	(米) 麦 うどん	マヨネーズ	733
12 金	 白ご飯	 ししゃもフライ(2本) 酢の物 キャベツのみそ汁	豆腐 油揚げ みそ	牛乳 ししゃも わかめ	人参 ねぎ	きゅうり キャベツ えのき 玉ねぎ	(米) 麦 砂糖	油 ごま	716
15 月	 敬 老 の 日								
16 火	 白ご飯	 鶏肉の黒酢がらめ(2個) 中華サラダ 冬瓜のスープ	鶏肉 焼豚 豚肉	牛乳 わかめ	人参 ねぎ	キャベツ(きゅうり) えのき(冬瓜) 玉ねぎ きくらげ	(米) 麦 片栗粉 砂糖	油 ごま油	705
17 水	 食パン	 白いんげんのトマト煮 チーズサラダ りんごジャム	豚肉 白いんげん豆	牛乳 チーズ	人参 トマト	にんにく 玉ねぎ グリーンピース キャベツ(きゅうり)	食パン りんごジャム じゃがいも 砂糖	油	682
18 木	 白ご飯	 ホイコーロー 汁ビーフン	豚肉 みそ 鶏肉	牛乳	人参 ピーマン ニラ	キャベツ 玉ねぎ エリンギ(椎茸) きくらげ もやし	(米) 麦 砂糖 ビーフン	油 ごま油	742
19 金	 岡垣産ご飯	 さわらの塩焼き 金平ごぼう なすのみそ汁	さわら 豚肉 さつま揚げ 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	人参 いんげん ねぎ	ごぼう なす 玉ねぎ	(米) 麦 こんにゃく 砂糖	油 ごま油	718
22 月	 ロールパン	 ペンネポロネーゼ チキンサラダ	牛肉 豚肉 鶏肉	牛乳	人参 トマト	玉ねぎ しょうが(なす) にんにく(きゅうり) キャベツ マッシュルーム	ロールパン ペンネマカロニ 砂糖	油	703
23 火	 秋 分 の 日								
24 水	 中 間 考 査 一 日 目								
25 木	 麦ご飯	 ポークカレー フルーツ&ゼリー	豚肉 レンズ豆 ひよこ豆 大豆	牛乳 チーズ	人参 トマト	しょうが にんにく 玉ねぎ りんご みかん パイン 黄桃	(米) 麦 じゃがいも 小麦粉 ゼリー	油 バター	921
26 金	 白ご飯	 さばのホイル焼き ひじきとほうれん草のおひたし 豆腐とわかめのみそ汁	さば かつお節 豆腐 油揚げ みそ	牛乳 ひじき わかめ	人参 ほうれん草	キャベツ もやし 玉ねぎ えのき	(米) 麦 砂糖	油	726
29 月	 黒糖食パン	 焼きそば風スパゲティ チップスサラダ	豚肉 かつお節	牛乳	人参 ねぎ	玉ねぎ キャベツ もやし きゅうり コーン	黒糖食パン スパゲティ ポテトチップス 砂糖	油	648
30 火	 白ご飯	 豚肉の生姜炒め 即席漬け じゃがいものみそ汁	豚肉 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	人参 小松菜 ねぎ	しょうが 玉ねぎ キャベツ きゅうり たくあん	(米) 麦 砂糖 片栗粉 じゃがいも	油	731

かまぼこなどの練り製品・ハムなどの肉加工品・マヨネーズは

卵の入っていない製品を使用しています。



☆ ○ は、地場産の食材を使用する予定です。

☆ 米は遠賀郡産の「夢つくし」です。月に1回は岡垣産を使います。

☆ 食材の都合により献立の一部が変更になることがあります。



毎月19日は「食育の日」

9月1日は「防災の日」です

1923年9月1日に発生した「関東大震災」にちなんで、9月1日は「防災の日」と制定されました。日本では台風や地震、洪水、津波など様々な自然災害が毎年発生しています。防災の日には、避難場所や避難方法、家の避難セットの確認など、災害対策をもう一度確認してみましょう。また、9月1日には乾物や缶詰などの保存食を多く使った防災の日献立が登場します。災害が起きた際の食事について、考えてみましょう。

