



7月 きゅうしょくこんだて表



2024年

別府市学校給食センター (B)

はし	日曜	主食	牛乳	おかず	血や肉になる	熱やかになる	体の調子を とどのえる	エネルギー (kcal) 小学生	エネルギー (kcal) 中学生
★	1月	いろいろごはん		お星さまハンバーグ 七塔汁 フロccoliー	牛乳,牛肉,豚肉,鶏肉,豆腐,わかめ	米,はるさめ,パン粉,上白糖	にんじん,玉葱,コーン,さやいんげん,オクラ,乾しいたげ,フロccoliー	528kcal	645kcal
	2火	コッペパン		ブラウンシチュー ごぼうサラダ	牛乳,豚肉,ささみ,チーズ	コッペパン,油,じゃがいも,三温糖,マヨネーズ,ごま	にんじん,玉葱,えだまめ,しめじ,ごぼう,きゅうり,トマトピューレ	579kcal	730kcal
	3水	ごはん		夏野菜マーボー 五目スープ	牛乳,豚肉,鶏肉,厚揚げ,大豆粒,みそ	米,油,かたくり粉,三温糖,ごま油	玉葱,にんじん,なす,ピーマン,もやし,キャベツ,乾しいたげ,葉ねぎ	566kcal	693kcal
★	4木	ごはん		サバのみそ煮 もずくスープ 小松菜のごま酢和え	牛乳,さば,みそ,もずく,豆腐	米,三温糖,かたくり粉,ごま	にんじん,葉ねぎ,こまつな,もやし	579kcal	696kcal
★	5金	ミニ黒砂糖パン		カレーうどん キャベツのおかかサラダ	牛乳,鶏肉,かつおぶし	黒砂糖,パン,うどん麺,油,三温糖	玉葱,にんじん,白ねぎ,キャベツ,きゅうり	535kcal	683kcal
★	8月	ミニコッペパン		焼きビーフン チンゲン菜のスープ いちごジャム	牛乳,豚肉,イカ,エビ,かまぼこ,肉団子	コッペパン,油,ビーフン,ごま油,いちごジャム	玉葱,にんじん,キャベツ,もやし,葉ねぎ,チンゲン菜,さくらげ	556kcal	729kcal
	9火	ごはん		ハヤシライス すいか入りフルーツポンチ	牛乳,豚肉	米,油,白玉もち,ゼリー	玉葱,にんじん,しめじ,グリーンピース,トマト缶,すいか,パイン缶,黄桃缶,レモン果汁	611kcal	745kcal
	10水	コッペパン		ホキのプロバンス風 ジュリエヌスープ 豆乳ブラマンジェ	牛乳,ホキ,ベーコン,豆乳	コッペパン,じゃがいも,三温糖,オリーブ油	玉葱,にんじん,トマト缶,キャベツ,パセリ	538kcal	677kcal
★	11木	ごはん		からあげ 厚揚げのみそ汁 野菜の浅漬け	牛乳,鶏肉,厚揚げ,みそ	米,じゃがいも,かたくり粉,油,上白糖	にんじん,きゅうり,キャベツ,こまつな,かぼす果汁	612kcal	739kcal
★	12金	ゆかりごはん		八宝菜 かりこりきゅうり	牛乳,豚肉,イカ,エビ,かまぼこ	米,三温糖,かたくり粉,ごま	にんじん,玉葱,キャベツ,だけのこ,きぬさや,きゅうり,乾しいたげ	534kcal	639kcal
	15月	海の日							
★	16火	ごはん		豚キムチ しらたき汁	牛乳,豚肉,鶏肉,わかめ	米,油,三温糖	にんじん,玉葱,キャベツ,葉ねぎ,はくさい(キムチ漬),さくらげ,しらたき,にら	519kcal	630kcal
	17水	ごはん		大分県産夏野菜カレー フルーツゼリー和え	牛乳,豚肉,チーズ	米,油,ソーダゼリー,ナタデココ	玉葱,なす,かぼちゃ,ピーマン,みかん,パイン,りんご,もも	630kcal	747kcal
★	18木	ごはん		いわしのカボス煮 すまし汁 ひじきと小松菜のソテー	牛乳,いわし,豆腐,ベーコン,わかめ,干ひじき	米,油,三温糖,水あめ,かたくり粉	にんじん,こまつな,コーン,えのきだけ,白ねぎ,かぼす果汁	565kcal	691kcal
	19金	ミルクパン		鶏のバーベキューソース レタスとトマトのスープ	牛乳,鶏肉,ベーコン	ミルクパン,三温糖	玉葱,にんじん,トマト,レタス,りんごピューレ,パセリ	555kcal	706kcal



8月 きゅうしょくこんだて表

	27火	コッペパン		揚げ鶏のレモンソース 野菜スープ ゴーヤのツナサラダ	牛乳,鶏肉,ベーコン,ツナ	コッペパン,油,マヨネーズ,じゃがいも,かたくり粉,上白糖	にんじん,キャベツ,玉葱,きゅうり,コーン,にがうり,レモン果汁	653kcal	820kcal
	28水	ごはん		麻婆豆腐 わかめスープ 冷凍みかん	牛乳,豚ひき肉,大豆粒,豆腐,厚揚げ,かまぼこ,わかめ,みそ	米,油,三温糖,かたくり粉,マロニー,ごま油	玉葱,だけのこ,乾しいたげ,白ねぎ,えのきだけ,葉ねぎ,みかん	578kcal	706kcal
★	29木	ごはん		チンジャオロースー 冬瓜と卵のスープ	牛乳,豚肉,たまご,かまぼこ	米,油,三温糖,かたくり粉	にんじん,だけのこ,ピーマン,赤ピーマン,とうがん,葉ねぎ,玉葱	527kcal	637kcal
	30金	コッペパン		ミートオムレツ あっさりコーンスープ 青じそペパロン	牛乳,牛ひき肉,チーズ,ベーコン,たまご	コッペパン,じゃがいも,油,三温糖,スパゲッティ,オリーブ油,マヨネーズ	玉葱,にんじん,コーン,青じそ,パセリ,トマト缶	632kcal	799kcal

【お知らせ】8月の4日分の給食費は、3月分と合わせて徴収いたします。(別途お知らせします)

〔注〕都合により献立を変更する場合があります。★の日はおはしを持ってきて下さい。

