



令和8年 8・9 月

給食予定献立表

(16回)



静岡大学教育学部附属浜松小中学校

日付	曜日	牛乳	献立名	アレルギー			お も な 材 料				小学校 (3・4年) 1献立 - 1kcal たんぱく質 (g) 脂質 (g) 食塩 (g)	中学校 1献立 - 1kcal たんぱく質 (g) 脂質 (g) 食塩 (g)
				乳製品	卵	小麦 えび・かに	体をつくる (赤色の食品)	体の調子を整える (緑色の食品)	エネルギーになる (黄色の食品)	その他		
31 月			ごはん						ごはん			
			なつやさいカレー		*		ぶたにく	なす たまねぎ トマト にんじん かぼちゃ しょうが にんにく りんごソース ピーマン	オリーブオイル こむぎこ・油・さとう (リフト加工)	やさいブイヨン 塩 赤ワイン トマトチャップ カレーこ・ホー ル(リフト加工) ソース カレー ソース	589 19.3 18.9 2.3	740 23.3 22.1 3.0
			コールスローサラダ					キャベツ にんじん コーン	油・さとう(ドレッシング)	塩		
			みかんゼリー					みかんかじゅう	さとう			
1 火			ごはん						ごはん			
			ツナそぼろ				ツナ	えだまめ にんじん しょうが	さとう	みりん しょうゆ 酒	562 23.4 16.7 2.1	730 29.2 20.1 2.7
			きのこシュウマイ		*		ぶたにく いわしエキス	たまねぎ しいたけ ぶなしめじ しょうが	こむぎこ でんぷん さとう ごま油	こしょう 塩		
			たまねぎのみそしる				はままつみそ 油あげ	たまねぎ にんじん ごぼう ねぎ		かつおだし		
2 水			お弁当の日									
3 木			ごはん						ごはん			
			ピピンバ (にく)				ぎゅうにく	しょうが にんにく	油 ごま ごま油 さとう	酒 しょうゆ トウバンジャン	502 21.1 14.0 1.7	739 25.6 16.0 2.1
			(ナムル)					ほうれんそう もやし にんじん	ごま油 さとう	塩 しょうゆ こしょう 酢 チリパウダー		
4 金			ワンタンスープ		*			にんじん ねぎ	ワンタンのかわ ごま油	かつおだし 塩 しょうゆ 酒		
			こくとういりパン	*	*				パン くらざとう			
			ミルメーク				ココアパウダー		さとう			
			ラザニア	*	*		ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん しょうが にんにく マッシュルーム トマトピューレ	ぎょうざのかわ こむぎこ オリーブオイル	やさいブイヨン 塩 こしょう トマトチャップ ソース 赤ワイン	549 22.6 19.3 3.3	629 25.6 21.5 4.0
			コンソメスープ					たまねぎ にんじん キャベツ		やさいブイヨン 塩 しょうゆ しょうゆ		
7 月			ごはん						ごはん			
			とりにくとうすら たまごのうまに		*		とりにく うすらたまご	ごぼう しょうが にんにく	さとう	酒 しょうゆ みりん	641 26.0 21.4 1.9	797 31.2 24.5 2.2
			じゃがいものみそしる				はままつみそ 油あげ	たまねぎ えのきだけ ねぎ	じゃがいも	かつおだし		
			ヨーグルトシャーベット	*			にゅうせいひん かんてん	こんにゃく	さとう			
8 火			ごはん						ごはん			
			ぶたにくどんぶり				ぶたにく	たまねぎ にんじん さやえんどう こんにゃく しょうが	さとう	しょうゆ 酒 みりん	513 21.1 14.8 1.5	666 26.9 17.9 2.0
			おすいもの なし		*		ふ わかめ	にんじん みつば		かつおだし 塩 しょうゆ 酒		
9 水			お弁当の日									
10 木			ごはん						ごはん			
			やきぎょうざ		*		ぶたにく	キャベツ しょうが にら にんにく	こむぎこ でんぷん ごま油 油 さとう	塩 こしょう	543 17.4 16.3 2.1	717 21.4 20.0 2.7
			チンゲンサイのごまいため				チキンハム	チンゲンサイ もやし	ごま油 ごま	しょうゆ		
11 金			とうもろこしスープ				ハム	たまねぎ パセリ コーンペースト コーン	でんぷん	やさいブイヨン 塩 こしょう しょうゆ		
			せわりパン	*	*				パン			
			おわカレーサンド		*		ぶたにく レンズまめ	たまねぎ にんじん しょうが にんにく	こむぎこ オリーブオイル	赤ワイン 塩 しょうゆ ソース カレー	697 27.7 28.9 3.1	836 33.0 33.5 4.2
			だいずのトマトスープ				ベーコン だいず	たまねぎ にんじん トマト にんにく	オリーブオイル じゃがいも	やさいブイヨン 赤ワイン 塩 こしょう		
			ありガトーショコラ				とうにゅう ココアパウダー		こめこ さとう 油			

2学期の給食は、「8(や)3(さ)1(い)の日」にちなんだ夏野菜カレーから始まります。まだまだ暑い日が続くので、主食（ごはん・パン・めん）を食べやすいように献立を工夫しました。中学校の『もくせいの集い』応援メニューも登場します。また、給食リレーでは福井大学の附属学校直伝の手作りソースでソースかつを作りますよ！楽しみにしてくださいね。

日付 曜日 牛乳			献立名	アレルギー			おもな材料				小学校 (3,4年)	中学校		
				乳製品	卵	小麦	えび・かに	落花生	体をつくる (赤色の食品)	体の調子を整える (緑色の食品)	エネルギーになる (黄色の食品)	その他	1食分 - 134kcal - (kcal)たんぱく質 (g)脂質 (g)食塩 (g)	1食分 - 134kcal - (kcal)たんぱく質 (g)脂質 (g)食塩 (g)
14	月		ごはん							ごはん				
			とりにくのはちみつ りんごやき					とりにく	しょうが たまねぎ りんごソース	はちみつ	しょうゆ みりん	582 24.4 18.6 1.9	752 30.6 22.4 2.2	
			コーンとえだまめのソテー					ひよこまめ	コーン えだまめ	油	塩 こしょう			
			のどにやさしい ジンジャースープ					だいこん にんじん もやし ししいたけ みつば しょうが	マロニー でんぶん	塩 酒 しょうゆ やさしいフィヨン				
15	火		ごはん						ごはん					
			いわしのかばやき					いわし	しょうが	でんぶん さとう 油	みりん しょうゆ 塩 こしょう	557 22.2 17.3 1.7	719 27.1 20.4 2.1	
			とんじる					ぶたにく とうふ はままつみそ	だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ		かつおだし			
			ぶどう						ぶどう					
16	水		お弁当の日										9/14(月)17(木) 合唱 応援メニュー	
17	木		ごはん						ごはん					
			がんもどきのにももの					とうふ(がんもどき)	にんじん(がんもどき)	油・でんぶん・こめこ (がんもどき) さとう	かつおだし しょうゆ みりん	573 20.0 16.5 2.5	718 23.9 19.0 2.9	
			のどがうるおう みぞれじる			*		とりにく・だいす(つ くね)	にんじん れんこん だいこんおろし こまつな	でんぶん・パン(こつ くね)	かつおだし 塩 酒 しょうゆ みりん			
			さつまいもとだいすのごまがらめ					だいす		さつまいも でんぶん 油 さとう こま	しょうゆ みりん			
18	金		せわりパン	*	*				パン					
			チキンてりにサンド					とりにく	しょうが にんにく	さとう でんぶん	しょうゆ 酒 みりん	585 27.8 20.0 2.7	721 34.3 23.7 3.7	
			ポトフ					ベーコン	たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー	じゃがいも	やさしいフィヨン 塩 こしょう しょうゆ			
			てづくりカルピスゼリー	*				カルピス かんてん	みかん	さとう				
21	祝		敬老の日											
22	祝		国民の休日											
23	祝		9/24(木)25(金) 十五夜こんだて											
24	木		ごはん						ごはん					
			おつきみハンバーグ					とりにく・ぶたに く・だいすたんぱく (ハンバーグ)	たまねぎ・しょうが・ にんにく・トマト(ハン バーグ)	さとう・でんぶん(ハン バーグ) さとう でんぶん	みりん しょうゆ	591 20.2 16.5 1.5	760 25.7 19.8 2.0	
			いもこじる					はままつみそ 油あげ	にんじん ぶなしめじ こんにゃく ねぎ	さともい こま油	かつおだし			
			じゅうごやデザート					かんてん	みかんかじゅう	さとう 油				
25	金		うどん		*			うどん						
			うどんつゆ					とりにく かまぼこ	にんじん ねぎ しいたけ	でんぶん	かつおだし しょうゆ みりん	551 24.9 14.3 2.5	694 30.3 16.1 3.0	
			ひじきのいために					ひじき 油あげ だいす	たまねぎ にんじん さやいんげん	油 さとう	酒 しょうゆ みりん			
			つきみだんご					きなこ		しらたまだんご さとう	塩			
28	月		ごはん					9/28(月)附属学校 中部地区 給食/ループプロジェクト ～福井大学附属学校～			ごはん			
			ソースかつ			*		ぶたにく・だいす(ト ンカツ)		こむぎこ・パンこ・ でんぶん・油(トカツ) さとう 油	やさそばリス ちゅうのうリス しょうゆ うスター ソース トマトチャップ	527 20.2 14.4 2.2	746 22.4 20.8 2.6	
			あおじそあえ						キャベツ きゅうり あおじそふりかけ		塩			
			すましじる					なると	たまねぎ えのきだけ こまつな		かつおだし 酒 しょうゆ 塩			
29	火		ごはん					ごはん						
			あきなすのマーボー					ぶたにく みそ	なす にんじん しいたけ だけのこ しょうが にんにく	さとう 油 でんぶん	酒 しょうゆ トバ/ツァン	556 23.1 19.9 2.4	702 27.4 22.5 3.0	
			たくあんのパリパリあえ					かつおぶし	キャベツ きゅうり たくあん		塩 しょうゆ			
			チーズ	*				チーズ						
30	水		お弁当の日										栄養基準量 650kcal 830kcal	

栄養基準量 650kcal 830kcal

※ アレルギー物質が使用されている献立は、横に*印がついています。ただし、加工食品（ベーコン・フライ類・デザート類など）は、十分な表記が
できない場合があります。心配な場合は必ず学校へ確認をしてください。
※ 都合により、献立を変更する場合があります。