



# 2019年度8月分 小学校給食こんだて表



夏休みが終わり、2学期が始まりました。この時期に大切なことは、生活リズムを整えることです。早寝・早起き、そして朝・昼・夕の3回の食事を規則正しくとり、元気に学校生活を送ってください。さて、2学期のスタートにあたり、給食の献立は、子どもたちに大人気のメニューがたくさん選ばれています。おいしい給食をみんなで楽しく食べて、2学期も素敵な学校生活にしましょう。



<p>★年間もくひょう★ なかよく、楽しく、食事をしよう</p> <p>★8・9月のもくひょう★ 残さず食べよう</p>	岸和田市 実施基準		8・9月の平均
	エネルギー (キロカロリー)	625	587
	たんぱく質 (パーセント)	13~20	15
	脂質 (パーセント)	20~30	28

火	水	木	金
27 ● ぎゅうにゅう	28 ● ぎゅうにゅう	29 ● ぎゅうにゅう	30 ● ぎゅうにゅう
<b>ごはん</b> ■ こめ <b>こめこのポークカレーライスのぐ</b> ● ぶたにく ▲ りんごピューレ ▲ つちしょうが チキンピジョン ▲ にんにく ケチャップ ▲ たまねぎ ウスターソース ▲ にんじん のうこうソース ■ ジャがいも しょうゆ ● こんぶパウダー しお ■ サラダあぶら こしょう ■ こめこカレールー <b>フルーツミックスゼリー</b> ▲ フルーツゼリー(かんづめ) ▲ パイン (かんづめ)	<b>コッペパン</b> <b>にこみミートボール</b> ● とりにくだんご ■ さとう ▲ たまねぎ ウスターソース ▲ ぶなしめじ ケチャップ ● しろみそ <b>コンソメスープ</b> ● ベーコン ▲ パセリ ▲ にんじん チキンピジョン ▲ たまねぎ うすくちしょうゆ ■ ジャがいも しお ▲ キャベツ こしょう	<b>アップルパン</b> <b>ツナとポテのオープンやき</b> ● まぐろあぶらづけ ■ ノンエッグマヨネーズ ■ ジャがいも しお ▲ たまねぎ こしょう <b>ミネストローネ</b> ● ぎゅうにく ■ オリーブオイル ▲ にんじん チキンピジョン ▲ たまねぎ うすくちしょうゆ ▲ キャベツ しお ▲ トマト(みず) こしょう	<b>ごはん</b> ■ こめ <b>ぎゅうだんのぐ</b> ● ぎゅうにく ■ サラダあぶら ▲ たまねぎ ■ さとう ▲ あおねぎ しょうゆ いとこんにやく りょうりしゆ <b>とうふのみそしる</b> ● とうふ ▲ あおねぎ ▲ にんじん ● あかみそ ▲ たまねぎ けずりぶし ● カットわかめ

■・・き (ちからやねつになる) ●・・あか (からだのにくや、ち、ほねになる) ▲・・みどり (からだのちょうしをととのえる)

※やむをえない事情により内容を変更する場合があります。ご了承ください。

★「アレルギー情報」はこちら [岸和田市 小学校 給食献立 検索](#)