



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 (C)

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 ととのえる	エネルギー (kcal) 小学生	エネルギー (kcal) 中学生
★	1月	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,醤油,三温糖	玉葱,にんじん,白ねぎ,キャベツ,きゅうり	535kcal	683kcal
	2火	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,乾しいたけ,葉ねぎ	566kcal	693kcal
★	3水	ごはん		トリニータ丼 和風汁 梅ドレッシングサラダ	牛乳,鶏肉,豚肉,豆腐	米,油,三温糖,ごま油,かたくり粉,ごま	にんじん,はくさい,にら,きゅうり,キャベツ,葉ねぎ,梅びしお	617kcal	755kcal
★	4木	ごはん		あじフライ 豚汁 もやしの中華サラダ	牛乳,あじ,豚肉,油揚げ,みそ	米,マヨネーズ,薄力粉,パン粉,油,さといも,三温糖,ごま油,ごま	ごぼう,だいこん,にんじん,葉ねぎ,もやし,きゅうり,ごんにゃく	687kcal	830kcal
★	5金	ミニコッパン		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,きくらげ	556kcal	729kcal
★	8月	いろどりごはん		お星さまハンバーグ 七タ汁 ブロッコリー	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,乾しいたけ,ブロッコリー	528kcal	645kcal
	9火	コッパン		ホキのプロバンス風 豆乳プラマンジェ	牛乳,ホキ,ベーコン,豆乳	コッパン,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
★	10水	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),きくらげ,しらたき,にら	519kcal	630kcal
★	11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,ごまつな,コーン,えのきたけ,白ねぎ,かぼうす果汁	565kcal	691kcal
	12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
	15月	海の日							
	16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,グリンスピース,トマト缶,すいか,パイン缶,黄桃缶,レモン果汁	611kcal	745kcal
	17水	コッパン		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
★	18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
	19金	コッパン		ミートオムレツ あっさりコーンスープ あお青じそペロン	牛乳,牛ひき肉,チーズ,ベーコン,たまご	コッパン,じゃがいも,油,三温糖,スバゲッティ,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



8月 きゅうしょくこんだて表

	27火	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,乾しいたけ,白ねぎ,えのきたけ,葉ねぎ,みかん	578kcal	706kcal
	28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
★	29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,ごまつな,かぼす果汁	612kcal	739kcal
★	30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,乾しいたけ	534kcal	639kcal

【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。

