



徳島市中学校給食予定献立表

令和2年8月分

徳島市教育委員会

日	曜	献立内容	材 料 名 (食 品 名)					
			血・肉・骨になる		体の調子を整える		働く力や熱になる	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
3	月	ごはん 豆腐のまさご揚げ 切り干し大根の炒め煮	豆腐のまさご揚げ とり肉 さつまあげ	牛乳	にんじん	切り干し大根 干しいたけ グリーンピース	精白米 強化米 さとう	油
4	火	(ごはん) ドライカレー ワンタンスープ	牛ひき肉 豚ひき肉 ベーコン	牛乳 わかめ	にんじん ピーマン	にんにく しょうが たまねぎ はくさい とうもろこし	精白米 強化米 ワンタン	油 カレールウ
5	水	ごはん 肉じゃが 厚焼き卵	豚肉 さつまあげ がんもどき 厚焼き卵	牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく	精白米 強化米 じゃがいも さとう	油
6	木	ごはん ホキフライ ウスターソース ふしめん汁 豆乳プリン	ホキフライ かまぼこ	牛乳 わかめ	にんじん 菜の花	たまねぎ 干しいたけ	精白米 強化米 ふしめん 豆乳プリン	油
7	金	米粉入り 小型パン メープルジャム	焼きそば フルーツゼリーミックス 花かつお	牛乳 青のり粉	にんじん	たまねぎ キャベツ みかん 黄桃 パイン	パン メープルジャム 中華そば ゼリー(苺)	油
17	月	ごはん オイスターソース炒め フライビーンズ 小魚アーモンド	豚肉 大豆	牛乳 小魚	にんじん ピーマン	しょうが にんにく たまねぎ ヤングコーン キャベツ	精白米 強化米 さとう でんぶん	油 ナッツ ピーナッツ
18	火	(ごはん) 中華丼 しゅうまい ミニチーズ	豚肉 えび いか しゅうまい	牛乳 チーズ	にんじん さやいんげん	しょうが たまねぎ はくさい たけのこ にんにく	精白米 強化米 でんぶん	油 ごま油 ラー油
19	水	(ごはん) 夏野菜入りカレー フルーツカクテル	豚肉	牛乳 脱脂粉乳	にんじん かぼちゃ ピーマン	たまねぎ なす にんにく みかん パイン 黄桃	精白米 強化米 じゃがいも 三色ゼリー	カレールウ 油
20	木	ごはん 豚肉とこんにゃくのみそ煮 小さいわしのフライ	豚肉 厚揚げ ちくわ 赤みそ 小さいわしのフライ	牛乳	にんじん	こんにゃく たけのこ えだまめ しょうが	精白米 強化米 さとう	油
21	金	米粉入り 小型ココア パン	ベーコン いか えび ハウレン草オムレツ	牛乳	にんじん トマトピューレ	たまねぎ マッシュルーム グリーンピース	パン 生クリーム さとう スパゲティ	油
24	月	ごはん さんまのすだちおろし煮 大豆入りきんぴらごぼう	さんまのすだちおろし煮 豚肉 大豆 ちくわ	牛乳	にんじん さやいんげん	ごぼう こんにゃく	精白米 強化米 さとう	油 白ごま ごま油
25	火	(ごはん) キムチ丼 肉入り春巻き	豚肉 肉入り春巻き	牛乳	にら にんじん	キムチ しょうが もやし はくさい たまねぎ にんにく	精白米 強化米 さとう	油 ごま油 白ごま
26	水	ごはん 焼肉 黄桃	牛肉 豚肉 赤みそ 白みそ	牛乳	ピーマン にんじん	たまねぎ キャベツ りんご にんにく 黄桃	精白米 強化米 さとう	油 黒ごま ごま油
27	木	ごはん キャベツのミンチカツ みそ汁 青りんごゼリー	キャベツミンチカツ 赤みそ 白みそ	牛乳 わかめ	かぼちゃ にんじん ねぎ	たまねぎ ごぼう	精白米 強化米 青りんごゼリー	油
28	金	食パン チョコペースト	ミックス豆 豚肉 ベーコン かきの卵巻き	牛乳	にんじん パセリ トマトピューレ	たまねぎ	食パン じゃがいも さとう	チョコペースト 油 バター 生クリーム

パンについては、業務用のパンです。

☐は、食育の日の献立です。かぼちゃ、ピーマン、なすといった夏野菜がたっぷり入った夏野菜入りカレーです。旬の夏野菜をおいしく食べて、暑い夏を元気にのりこえましょう。