



8月 9月 献立表



令和4年度
京田辺市学校給食委員会
京田辺市新小学校

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他	エネルギー たんぱく質
8 / 30 火	牛乳 麦入りごはん 夏野菜のカレー フルーツポンチ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、スキムミルク、チーズ	こめ、おおむぎ、あぶら、こむぎこ、バター、はちみつ、ゼリー	たまねぎ、にんじん、トマト、なす、かぼちゃ、ピーマン、りんご、みかん(缶)、おうとう(缶)、パイン(缶)	ワイン、カレーこ、トマトケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、しお、こしょう、ガーリックパウダー、オールのスパイス、とりがらスープ	696 kcal 20.8 g
31 水	牛乳 ごはん さばの梅煮 かぼちゃの豆乳みそ汁 チンゲンサイのおかか炒め	ぎゅうにゅう、さば、あぶらあげ、とうにゅう、いっきゅうみそ、かつおぶし	こめ、さとう、あぶら	うめぼし、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、あおねぎ、チンゲンサイ、キャベツ	さけ、すみりん、しょうゆ、だしじゃこ、だしかつお	707 kcal 26.1 g
9 / 1 木	牛乳 ごはん 鶏肉のスタミナ炒め 中華スープ	ぎゅうにゅう、とりにく、ぶたにく	こめ、かたくりこ、あぶら、こま、さとう、こまあぶら	しょうが、にんにく、にら、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ	しょうゆ、さけ、トウバンジャン、しお、こしょう、とりがらスープ	689 kcal 24.3 g
2 金	《まるごと京都の日献立》 牛乳 なすと豚ひき肉の甘みそ丼 五目汁 きゅうりの甘酢炒め	ぎゅうにゅう、ぶたにく、みそ、とりにく	こめ、あぶら、さとう、こまあぶら、かたくりこ、じゃがいも	なす、たまねぎ、あおねぎ、オクラ、きゅうり	みりん、しょうゆ、さけ、しお、だしかつお、す	674 kcal 26.0 g
5 月	牛乳 ウインナーピラフ チンゲンサイのスープ ツナのホットサラダ	ぎゅうにゅう、ウインナー、とりにく、ツナ	こめ、おおむぎ、あぶら、オリーブオイル、ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ、ホールコーン、グリーンピース、にんじん、チンゲンサイ、キャベツ	しお、こしょう、しょうゆ、とりがらスープ	618 kcal 21.9 g
6 火	牛乳 ごはん にぎすのからあげ けんちん汁 万願寺とじゃこの炒め煮	ぎゅうにゅう、にぎす、あぶらあげ、とうふ、ちくわ、ちりめんじゃこ、かつおぶし	こめ、かたくりこ、あぶら、こまあぶら、さとう	こんにゃく、にんじん、ほししいたけ、あおねぎ、まんがんじとうがらし	さけ、しお、しょうゆ、だしかつお	615 kcal 25.8 g
7 水	牛乳 ごはん 豚肉のソースマリネ フレンチソテー	ぎゅうにゅう、ぶたにく、ロースハム	こめ、あぶら、オリーブオイル、さとう	たまねぎ、にんじん、さやいんげん、にんにく、しょうが、キャベツ、きゅうり	しお、こしょう、トマトケチャップ、ウスターソース、す	622 kcal 25.3 g
8 木	牛乳 ごはん 豆腐の中華煮 チンゲンサイの華風炒め	ぎゅうにゅう、とうふ、ぶたにく、ささみ、フレーク	こめ、あぶら、さとう、かたくりこ、こまあぶら	たまねぎ、にんじん、ほししいたけ、にら、チンゲンサイ	しょうゆ、オイスターソース、しお、す	645 kcal 29.6 g
9 金	《お月見献立》 牛乳 とりそぼろかけ丼 芋の子汁 月見団子	ぎゅうにゅう、とりにく、ぶたにく、いっきゅうみそ	こめ、あぶら、さとう、かたくりこ、さといも、つきみだんこ	しょうが、さやいんげん、ホールコーン、にんじん、こんにゃく、たまねぎ、あおねぎ	さけ、しょうゆ、みりん、だしかつお	704 kcal 29.1 g
12 月	牛乳 ごはん マーボー春雨 ワンタンスープ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、いか、とりにく	こめ、さとう、りょくと、うはるさめ、あぶら、こまあぶら、ワンタンのかわ	しょうが、たまねぎ、にんじん、キャベツ、あおねぎ、チンゲンサイ	さけ、しょうゆ、オイスターソース、こしょう、とりがらスープ	640 kcal 23.4 g
13 火	牛乳 さんまの蒲焼き丼 豚汁	ぎゅうにゅう、さんま、ぶたにく、とうふ、いっきゅうみそ	こめ、かたくりこ、あぶら、さとう	たまねぎ、にんじん、ごぼう、あおねぎ	しょうゆ、みりん、さけ、だしじゃこ	747 kcal 26.1 g

☆行事、食材等の事情により、献立を変更することがあります。

★ まるごと京都の日献立について ★

「まるごと京都の日献立」の給食に使う農林水産物は、すべて京都府でとれた食べ物です。また、京都府の中でもできるだけ京田辺市産のものを usar 予定です。

なすと豚ひき肉の甘みそ丼・・・米、なす、玉ねぎ、青ねぎは京田辺市産、豚肉は京都府産
五目汁・・・じゃがいも、玉ねぎ、オクラは京田辺市産、鶏肉は京都府産
きゅうりの甘酢炒め・・・きゅうりは京田辺市産



★ 今月の献立について ★

2日(金) まるごと京都の日献立・・・なすと豚ひき肉の甘みそ丼、五目汁、きゅうりの甘酢炒め
9日(金) お月見献立・・・芋の子汁、月見団子
16日(金) いい歯の日・食育の日献立・・・カミカミするめ炒め、抹茶きなこパン



★ きせつのかおり ★

万願寺とうがらし、なす、かぼちゃ、さといも、さんま、にぎす、さば



★ 地産地消給食 ★

今月の「米(ヒノヒカリ)」「かぼちゃ」「玉ねぎ」「トマト」「なす」「ピーマン」「オクラ」「キャベツ」「きゅうり」「こまつな」「万願寺とうがらし」「冬瓜」「にんにく」「青ねぎ」「ほうれんそう」「じゃがいも」「抹茶」は、京田辺市産のものを usar 予定です。