

令和 7 年 9 月分

学校給食予定献立表 ①

長崎市立古賀小学校

◎食材料は、料理別に分けて記載しています。 ◎食材料は、価格などの都合により変更する場合があります。 ◎見やすい場所にはって御活用ください。

にち	ようび	こんだてめい	おもなはたらきとざいりようめい					えいようか	
			おもにからだをつくるものになる	おもにからだのちょうしをととのえる		おもにエネルギーのもとになる		エネルギー Kcal	たんぱく しつg
2	火	しょう 小コッペパン				コッペパン		666	24.7
		ぎゅうにゅう 牛乳		牛乳					
		スパゲッティナポリタン	ぶたにく ☆ウインナー	にんじん ピーマン	たまねぎ マッシュルーム	スパゲッティ	油		
		ごぼうサラダ			ごぼう きゅうり えだまめ	さとう	ごま ごま油 油		
3	水	ぶどうゼリー				☆ぶどうゼリー		616	18.9
		ごはん				こめ			
		なつやさい 夏野菜カレー	ぶたにく	かぼちゃ ピーマン トマト	たまねぎ なす にんにく		油 カレールウ		
		ぎゅうにゅう 牛乳		牛乳					
4	木	かい 海そうサラダ		☆かいそう	きゅうり とうもろこし	さとう	油	612	28.5
		パーカーハウスパン				パーカーハウスパン			
		ぎゅうにゅう 牛乳		牛乳					
		いんげん豆のスープ	とりにく	にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも しろいんげんまめ	油		
5	金	にこ 煮込みハンバーグ	☆ハンバーグ			さとう でんぶん		602	21.9
		キャベツのソテー		にんじん	キャベツ		油		
		ごはん				こめ			
		ぎゅうにゅう 牛乳		牛乳					
8	月	しらたまじる 白玉汁	とりにく はんぺん	こまつな にんじん	しいたけ	しらたまもち		607	24.1
		なすと厚揚げのみそ炒め	ぶたにく あつあげ みそ		たまねぎ なす しょうが グリーンピース	さとう でんぶん	油		
		ごはん				こめ			
		ぎゅうにゅう 牛乳		牛乳					
9	火	ぶたじる 豚汁	ぶたにく あつあげ みそ	にんじん	こんにやく ねぶかねぎ ごぼう とうがん	さといも		602	25.0
		さんまの甘露煮	☆さんまかんろに						
		きゅうりとわかめの酢の物		わかめ	もやし きゅうり	さとう			
		パインパン				パインパン			
10	水	ぎゅうにゅう 牛乳		牛乳				663	24.7
		しらこくじにく 塩麹肉じゃが	ぶたにく	にんじん	たまねぎ こんにやく グリンピース	じゃがいも さとう	油		
		たかな 高菜そぼろ炒め	とりにく	☆たかな ねぎ	たけのこ にんにく	さとう	油		
		れいとう 冷凍みかん			れいとうみかん				
11	木	コッペパン				コッペパン		619	27.6
		ぎゅうにゅう 牛乳		牛乳					
		こめこ とうにゅう 米粉と豆乳のパンプキンポタージュ	とりにく とうにゅう	にんじん パセリ かぼちゃ	たまねぎ	こめこ	油		
		ぶたにく やさい 豚肉と野菜のごまドレッシングサラダ(肉)	ぶたにく				油		
12	金	ぶたにく やさい 豚肉と野菜のごまドレッシングサラダ(野菜)			きゅうり キャベツ とうもろこし	さとう	油 ごま油 ごま	600	24.6
		ごはん				こめ			
		ぎゅうにゅう 牛乳		牛乳					
		まごわやさしいスープ	とりにく	わかめ	にんじん	たまねぎ しいたけ	じゃがいも レンズまめ	油 ごま	
12	金	きびなごフライ		☆きびなごフライ			油	600	24.6
		こまつな 小松菜のしそあえ		こまつな ☆あかしそ	キャベツ きゅうり				

☆印は加工品です。

長崎市立古賀小学校

◎見やすい場所にはって御活用ください。

650