

8がつのこんだてひょう

給食のめあて： 当番の仕事をしっかりしよう。

喜多方市立駒形小学校

| 日 | 曜日 | こんだてめい | | | 牛乳 | あか からだを つくる | みどり からだのちようしを ととのえる | き ねつやかに なる | エネルギー 脂質 塩分 |
|------|----|-------------|---------------------------------------|---|---|--|---------------------------------------|--------------------|-------------------|
| | | 主食 | おかず | | | | | | |
| 8/25 | 火 | 冷やし中華 | ポテトのチーズ焼き ミニトマト | ○ | 牛乳 ハム たまご ベーコン チーズ | メンマ もやし きゅうり 玉ねぎ トマト | めん ごま ごま油 三温糖 じゃがいも 米ぬか油 | 717 22.0 3.1 | |
| 8/26 | 水 | 会津地鶏 カレー | 海草サラダ アロエ入りヨーグルト | ○ | 牛乳 わかめ かまぼこ | にんにく オクラ 玉ねぎ 大根 かぼちゃ ピーマン トマト キャベツ きゅうり みかん缶 | 米 米ぬか油 じゃがいも 小麦粉 ごま油 三温糖 | 663 17.5 2.7 | |
| 8/27 | 木 | 食パン | ももジャム ミネストローネ イカのフリッター イタリアンサラダ | ○ | 牛乳 イカのフリッター サラミ チーズ とり肉 ベーコン いんげんまめ | キャベツ きゅうり 玉ねぎ パイナップル缶 にんじん にんにく | パン ももジャム 米油 米ぬか油 三温糖 じゃがいも きび砂糖 | 727 28.4 2.6 | |
| 8/28 | 金 | にんじん ごはん | なすのはさみあげ ゴーヤチャンプル ズッキーニのみそ汁 | ○ | 牛乳 地鶏ささみ ぶた肉 とうふ たまご かつお節 油揚げ わかめ | にんじん なす しょうが ねぎ にがうり えだまめ ズッキーニ | 米 ごま 米ぬか油 かたくり粉 米油 じゃがいも | 694 26.6 2.6 | |
| 8/31 | 月 | ごはん | 子持ちししゃものカレー揚げ 五目きんぴら 具たくさんみそ汁 | ○ | 牛乳 ぶた肉 とり肉 油揚げ | にんじん ごぼう しいたけ 玉ねぎ ねぎ 小松菜 | 米 米ぬか油 じゃがいも 三温糖 ごま | 673 22.8 1.7 | |

○7月8日(水)…七夕献立

○7月10日(金)…サンマルちゃん献立

○7月14日(火)…日本列島味巡り ~岩手県~

○7月15日(水)…大好き喜多方の日



岩手県のゆるキャラの
「そばっち」…とみせかけ
ての「とふっち」です。

「ジャージャー麺」は中国の麺料理の一つだよ。韓国
や台湾にも似たような料理があり、岩手県の盛岡では
「じゃじゃ麺」という名前で食べられているよ！



みなさん、朝食を毎日しっかり食べていますか？
毎月1日～7日は朝の具たくさんみそ汁(スープ)週間です。
朝に具がたくさん入ったみそ汁(スープ)を食べることで体をあたため、1日元
気に生活するエネルギーを蓄えます。朝ごはんをしっかり食べることができ
るよう、早寝早起きを心がけて、規則正しい生活をしましょう。

