

[令和8年 8、9月 献立予定表]

(B)

福井市学校給食センター

日	献立名	アレルギー			材料の名前と働き						エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	
		小麦	卵	乳	赤(おもに体を作るものになる)		緑(おもに体の調子を整えるものになる)		黄(おもにエネルギーのもとになる)		小学校	中学校
					1群	2群	3群	4群	5群	6群		
					魚・肉・卵・大豆	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・果物等	米・パン・麺 いも・砂糖	油脂		
8月	ごはん								こめ			
27日	米粉揚げしょうご				ぶたにく だいずたんぱく		にら	キャベツ しょうが	てんぷん さとう こめこ	ラード あげあぶら だいずあぶら	690	849
(木)	マーボー豆腐				とうふ ぶたにく みそ		にんじん	しょうが にんにく たまねぎ ねぎ もやし	さとう てんぷん	あぶら	25.3	30.2
	チンゲンサイ炒め						チンゲンサイ にんじん			あぶら		
	牛乳			○		牛乳						
28日	麦ごはん								こめ むぎ			
(金)	夏野菜のカレーシチュー				とりにく		にんじん かぼちゃ トマト	たまねぎ なす しょうが にんにく	じゃがいも	あぶら カレールー	619	738
	キャベツのソテー				ベーコン		にんじん ピーマン	キャベツ		あぶら	23.1	27.0
	福神漬						しそ	だいこん きゅうり なす しょうが れんこん	さとう			
	牛乳			○		牛乳						
31日	わかめごはん					わかめ			こめ			
(月)	焼きさば				さば					あぶら	630	724
	三色ごまあえ						ごまつな にんじん	きりぼしだいこん	さとう	すりごま	28.4	33.3
	揚げのみそ汁				あつあげ みそ		にんじん	たまねぎ しめじ ねぎ				
	牛乳			○		牛乳						
9月	ごはん								こめ			
1日	春巻き	○			ぶたにく	ひじき	にんじん	キャベツ たまねぎ ねぎ	はるさめ さとう ごまごこ	ラード だいずあぶら ごまあぶら あげあぶら	600	726
(火)	ホイコーロー				ぶたにく みそ		にんじん	しょうが にんにく たまねぎ	みずあめ さとう てんぷん	あぶら	21.7	25.7
	わかめスープ					わかめ	にんじん	キャベツ たまねぎ もやし ねぎ				
	牛乳			○		牛乳						
2日	ごはん								こめ			
(水)	いわしのカリカリ焼き				いわし			しょうが	みずあめ さとう こめこ		600	749
	高野豆腐のすきやき風煮				ぶたにく ごおりとうふ		にんじん	こんにゃく たまねぎ ねぎ	じゃがいも てんぷん さとう	あぶら	26.8	33.6
	小松菜の煮浸し				さつまあげ		ごまつな にんじん	はくさい				
	牛乳			○		牛乳						
3日	ごはん								こめ			
(木)	大豆衣のメンチカツ				とりにく ぶたにく だいずたんぱく			しょうが にんにく たまねぎ	さとう こめこ	ラード あげあぶら あぶら	631	793
	春雨サラダ							キャベツ きゅうり とうもろこし	はるさめ さとう	ごま ごまあぶら	20.5	24.8
	中華スープ				とうふ		にんじん	たまねぎ ねぎ たけのこ				
	牛乳			○		牛乳						
4日	ごはん								こめ			
(金)	ちくわのカレーマヨネーズ焼き				ちくわ					マヨネーズ風 ドレッシング	630	777
	鶏肉とじゃがいもの煮物				とりにく		にんじん いんげん	たまねぎ	じゃがいも さとう	あぶら	23.8	30.2
	ウインナーの野菜炒め				カットウインナー		にんじん ピーマン	キャベツ たまねぎ		あぶら		
	牛乳			○		牛乳						
7日	ごはん								こめ			
(月)	豆腐				とうふ						604	709
	1食だししょうゆ										25.7	29.4
	肉じゃが				ぶたにく		にんじん いんげん	たまねぎ こんにゃく	じゃがいも さとう	あぶら		
	野菜のみそ炒め				ちくわ みそ		にんじん	キャベツ	さとう	あぶら		
	牛乳			○		牛乳						
8日	プラスコッペパン(小学校)	○							パン			
(火)	ごはん(中学校)								ごはん		621	731
	ハンバーグ照焼ソース				とりにく ぶたにく だいずたんぱく			たまねぎ しょうが	じゃがいも さとう てんぷん	ラード だいずあぶら	25.8	27.7
	ベーコンポテト				ベーコン		パセリ	にんにく	じゃがいも			
	コンソメスープ				とりにく		にんじん ほうれんそう	たまねぎ キャベツ				
	牛乳			○		牛乳						
9日	ごはん								こめ			
(水)	しいらのマリアナソース				しいら				てんぷん さとう	あげあぶら	576	686
	きゅうりの中華あえ						にんじん	きゅうり	さとう	ごま ごまあぶら	24.6	28.9
	ビーフンスープ				ぶたにく		にんじん	たまねぎ たけのこ ねぎ	ビーフン			
	牛乳			○		牛乳						
10日	薄揚げの みそそぼろ丼				薄揚げの みそそぼろ		とりにく あぶらあげ みそ	しょうが えだまめ	さとう	あぶら	618	731
(木)	キャベツ炒め				ベーコン		にんじん	キャベツ		あぶら	26.9	31.6
	豆腐のすまし汁				とうふ かまぼこ		にんじん	たまねぎ ねぎ				
	牛乳			○		牛乳						

[令和8年 8、9月 献立予定表]

(B) 福井市学校給食センター

日	献立名	アレルギー			材料の名前と働き						エネルギー (kcal)	
		小麦	卵	乳	赤(おもに体を作るものになる)		緑(おもに体の調子を整えるものになる)		黄(おもにエネルギーのもとになる)		たんぱく質 (g)	
					1群	2群	3群	4群	5群	6群		
					魚・肉・卵・大豆	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・果物等	米・パン・麺 いも・砂糖	油脂		
											小学校	中学校
11 日 (金)	ごはん				ふるさと給食				こめ		657	774
	かみもんコロッケ	○			ぶたにく			しいたけ たまねぎ	じゃがいも ごまご パンこ	あげあぶら		
	青菜の塩こうじ炒め				まぐろ		にんじん ごまつな	もやし	さとう しおこうじ	あぶら		
	さつま汁				とりにく みそ		にんじん	しょうが はくさい ねぎ	さつまいも			
	牛乳			○		牛乳		たまねぎ				
14 日 (月)	ごはん								こめ		617	744
	鶏肉のマーマレードソース				とりにく				マーマレード てんぷん			
	コールスローサラダ						にんじん	キャベツ きゅうり		コールスロー		
	野菜スープ				ベーコン		にんじん	とうもろこし	じゃがいも	ドレッシング		
	牛乳			○		牛乳		たまねぎ はくさい				
15 日 (火)	ナン	○							こむぎこ さとう	だいずあぶら	587	726
	豆入りキーマカレー				ぶたにく いんげんまめ		にんじん	しょうが にんにく	じゃがいも	あぶら カレールウ		
	チンゲンサイとキャベツのソテー				だいず		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ		あぶら		
	フルーツミックス				ベーコン			キャベツ				
	牛乳			○		牛乳		おうとう(缶) みかん(缶)				
16 日 (水)	ごはん								こめ		612	744
	とうもろこししゅうまい	○			だいずたんぱく			とうもろこし たまねぎ	てんぷん パンこ さとう	ラード		
	豆腐の五目煮				さかなすりみ とうふ		にんじん	たまねぎ たけのこ	こむぎこ みずあめ	あぶら		
	もやしとにらの中華炒め				とうふ ぶたにく		にら にんじん	ほししいたけ	さとう てんぷん	あぶら		
	牛乳			○		牛乳		もやし				
17 日 (木)	ごはん								こめ		657	779
	揚げ鶏のレモンだれ				とりにく			レモンかじゅう	てんぷん さとう	あげあぶら		
	大根サラダ						にんじん	だいこん きゅうり		ごまドレッシング		
	わかめのみそ汁				あぶらあげ みそ	わかめ	にんじん	たまねぎ	じゃがいも			
	牛乳			○		牛乳						
18 日 (金)	ゆかりごはん						しそ		こめ さとう		567	666
	厚焼きたまご	○			たまご				さとう てんぷん	だいずあぶら		
	小松菜のおかか炒め				さつまあげ かつおぶし		ごまつな にんじん	キャベツ		あぶら		
	けんちん汁				とりにく とうふ		にんじん	だいこん こんにゃく ねぎ				
	牛乳			○		牛乳						
24 日 (木)	ごはん								こめ		657	783
	さわらのポテト衣フライ				さわら				こめこ じゃがいも	あげあぶら		
	野菜のスープ煮				とりにく		にんじん	キャベツ たまねぎ		あぶら		
	ごぼうサラダ						にんじん	ごぼう とうもろこし		フレンチドレッシング		
	牛乳			○		牛乳		えだまめ				
25 日 (金)	ツナ そぼろ丼								こめ むぎ		634	754
	麦ごはん											
	ツナそぼろ				まぐろ			たまねぎ えだまめ	さとう	あぶら		
	ベーコンの野菜炒め				ベーコン		ピーマン にんじん	しょうが れんこん		あぶら		
	じゃがいものみそ汁				あつあげ みそ		にんじん	たまねぎ ねぎ	じゃがいも			
28 日 (月)	ごはん								こめ		622	739
	いわしのおかか煮				いわし かつおぶし				さとう てんぷん			
	野菜のごま油炒め				ベーコン		ごまつな にんじん	キャベツ		ごまあぶら		
	豚汁				ぶたにく あぶらあげ		にんじん	しょうが ねぎ たまねぎ	じゃがいも			
	牛乳			○	みそ	牛乳		ごぼう				
29 日 (火)	ごはん(小学校)								こめ		564	782
	プラスコッペパン(中学校)	○							パン			
	ミートボール				とりにく だいずたんぱく		トマト	たまねぎ にんにく	さとう	ラード あぶら		
	キャベツときのこのソテー						にんじん ピーマン	しょうが		あぶら		
	ジュリアンスープ				ぶたにく		にんじん	だいこん たまねぎ		あぶら		
30 日 (水)	ごはん								こめ むぎ		601	696
	麦ごはん											
	牛肉炒め				きゅうにく			しょうが にんにく	さとう	あぶら ごまあぶら ごま		
	ナムル						ほうれんそう にんじん	もやし	さとう	ごまあぶら ごま		
	春雨スープ				ベーコン		にんじん	たまねぎ ねぎ たけのこ	はるさめ			
30 日 (水)	県産きなこプリン				とうにゅう きなこ				さとう みずあめ	あぶら	23.6	27.1
	牛乳			○	とうにゅうクリーム	牛乳						

◎今月の主な平均栄養価 エネルギー 618 kcal たんぱく質 24.6 g 脂質 19.4 g 炭水化物 91.4 g 食塩相当量 2.1 g (小)
エネルギー 745 kcal たんぱく質 29.2 g 脂質 22.7 g 炭水化物 112.8 g 食塩相当量 2.6 g (中)

■「えび」「かに」「そば」「落花生」「くるみ」(コンタミを除く)は原材料として使用していません。 ■物質の都合により献立を変更する場合があります。
■ごま油・大豆油を除き、植物油は「あぶら」と表記しています。 ■「しょうゆ」由来のアレルゲン(小麦)は表示しません。
■加工品の工場コンタミは載せませんので、詳しい内容を知りたい方は、学校へ加工品の成分表をご確認ください。