

令和8年度

8月・9月分 予定献立表

(中学校)

○みんなのお昼ポテト館○

☎: 349-0588

日	曜	給食がない学校	行事 など	献立名		使用する材料			栄養価	
				主食	おかず	 赤色の食品 (血や肉になる)	 緑色の食品 (体の調子を整える)	 黄色の食品 (熱や力になる)	エネルギー kcal	たんぱく質 g
8/27	木			減塩ソフトパン	チキンナゲット (3個) キャベツとツナのレモンサラダ コーンチャウダー	 ベーコン 生クリーム 鶏肉 ツナ	玉ねぎ にんじん コーン きゅうり キャベツ レモン	パン 天ぷら粉 じゃがいも バター ドレッシング	873	31.6
28	金			利府町産米ごはん	夏野菜キーマカレー ポテトコンソメスープ スライスパン	 ベーコン 豚肉 大豆	にんじん 玉ねぎ スズキニ にんにく パプリカ コーン トマト パイナップル	ごはん マカロニ じゃがいも 油 小麦粉	814	26.7
31	月			利府町産米ごはん	てりやき鶏つくね 春雨サラダ みそ野菜スープ	 豚肉 ひじき みそ ハム	玉ねぎ だけのこ にんじん キャベツ コーン ほうれんそう もやし きゅうり にんにく しょうが	ごはん パン粉 じゃがいも ごま油 砂糖 でんぷん 春雨	784	28.6
9/1	火			バターロールパン	グリーンサラダ クリームペンネ オレンジ	 ベーコン 粉チーズ 生クリーム ハム	玉ねぎ にんじん マッシュルーム にんにく コーン きゅうり キャベツ ブロッコリー オレンジ	パン ペンネ 油 ドレッシング	795	28.6
2	水			給食なし						
3	木			食パン いちごジャム	かぼちゃのひき肉フライ コールスローサラダ ラビオリスープ	 豚肉 ベーコン ハム	かぼちゃ 玉ねぎ にんじん 大根 キャベツ きゅうり コーン	パン パン粉 オリーブ油 小麦粉 ドレッシング ジャム 油	836	28.1
4	金		食材王国みやぎ 地産地消の日	利府町産米ごはん	油麴拌の具 小松菜のごま和え さつま汁	 油揚げ 豆腐 にぼし みそ たまご ちくわ	大根 にんじん しめじ 長ねぎ 玉ねぎ しいたけ 小松菜 もやし	ごはん さつまいも 油麴 砂糖 ごま	814	29.3
7	月			給食なし						
8	火			減塩ソフトパン	とろ〜りハンバーグ (チーズ風ソース入り) ブロッコリーと豆のサラダ スイートポテトポタージュ	 豚肉 鶏肉 大豆 粉チーズ 生クリーム	玉ねぎ にんじん ブロッコリー 枝豆 コーン	パン さつまいも じゃがいも バター ドレッシング	861	31.3
9	水	西中3年		利府町産米ごはん	さばのごまふり焼き ひじきと大豆の炒り煮 みそけんちん汁	 油揚げ 豆腐 にぼし みそ さば さつまいも 大豆	大根 にんじん しめじ 長ねぎ 枝豆	ごはん さといも 油 ごま 砂糖	784	33.0
10	木	西中3年		ミルクパン	ウィンナーとブロッコリーのカラフルソテー ミネストローネ 青りんごゼリー	 ベーコン 大豆 ウィンナー	玉ねぎ にんじん キャベツ トマト ブロッコリー コーン パプリカ にんにく	パン じゃがいも マカロニ オリーブ油 砂糖 油 ドレッシング ゼリー	794	26.7
11	金	西中3年		利府町産米ごはん	いわしのしょうが煮 肉じゃが 旬野菜のみそ汁	 豆腐 にぼし みそ いわし 豚肉	しょうが 玉ねぎ なす 長ねぎ にんじん 枝豆	ごはん 油麴 じゃがいも 砂糖	855	34.0
14	月			利府町産米ごはん	ボークケチャップ パプリカサラダ ふわふわたまごスープ	 ベーコン 粉チーズ たまご 豚肉 ハム	にんじん えのきだけ 玉ねぎ マッシュルーム グリンピース りんご トマト キャベツ ブロッコリー きゅうり パプリカ にんにく	ごはん パン粉 油 砂糖 でんぷん ドレッシング	829	31.6
15	火		食育の日	ココアパン	オムレツ トマトソースかけ ポテトのチーズ煮 ABCスープ	 ウィンナー 卵 チーズ	玉ねぎ にんじん キャベツ トマト にんにく	パン マカロニ 油 砂糖 じゃがいも バター オリーブ油	846	29.2
16	水		みやぎ水産の日	利府町産米ごはん	さんまの蒲焼き 鶏肉ときのこの煮物 おくずかけ	 油揚げ さんま 鶏肉 さつま揚げ	にんじん ごぼう しめじ 長ねぎ だけのこ しめじ さやいんげん	ごはん さといも 豆麴 白石温種 でんぷん 油 砂糖	848	32.3
17	木			背割の減塩ソフトパン	スラッピージョー コーンサラダ ポトフ	 ソーセージ 豚肉 鶏肉 レンズ豆	大根 にんじん キャベツ 玉ねぎ グリンピース ブロッコリー トマト カリフラワー コーン にんにく	パン じゃがいも 油 砂糖 パン粉 マカロニ ドレッシング	826	39.2
18	金		お月見 献立	利府町産米ごはん	うさぎハンバーグ 和風だれ お月見だんご汁 利府梨	 鶏肉 豚肉 油揚げ 昆布 かつお節	玉ねぎ 大根 にんじん しめじ ごぼう 長ねぎ 梨	ごはん じゃがいも 砂糖 でんぷん	815	25.9
21	月			敬老の日						
22	火			国民の休日						
23	水			秋分の日						
24	木			ミルクパン	野菜かき揚げ ピリ辛チキンサラダ 五目うどん	 鶏肉 油揚げ かつお節 なると	にんじん しめじ だけのこ 長ねぎ キャベツ きゅうり 玉ねぎ ごぼう しゅんぎく	パン うどん 砂糖 ごま油 ごま 小麦粉	794	32.4
25	金		新人大会 応援メニュー	利府町産米ごはん	ミニとんかつ ガルバンゾー チキンカレー カップヨーグルト	 豚肉 ひよこ豆 ヨーグルト 鶏肉	にんじん 玉ねぎ トマト りんご にんにく	ごはん パン粉 じゃがいも 油	911	30.2
28	月			振替休業日						
29	火			振替休業日						
30	水			利府町産米ごはん	鶏肉のレモンソース かみかみ和え 中華風たまごスープ	 鶏肉 ベーコン たまご 豆腐 いか ハム	しいたけ レモン きゅうり にんじん もやし 切干大根 小松菜	ごはん でんぷん ごま油 油 砂糖	853	36.6
月平均栄養価				エネルギー : 831 Kcal たんぱく質 : 31.2g 脂質 : 27.2g 食塩相当量 : 3.0g						

- 都合により、献立内容を変更することがあります。ご了承ください。
- 食物アレルギーなど健康上の理由で飲用牛乳を停止する場合は、代替飲料の麦茶を提供します。(別途申請が必要です。)
- 予定献立表には、主な使用食品を記載しています。※アレルギー表示ではありません。
- 予定献立表は、利府町ホームページにも掲載しています。
- 普段の食事で不足しがちな「カルシウム」「鉄」「食物繊維」などは、成長期に欠かせない大切な栄養素です。家庭の食事においても積極的に摂取するよう心がけましょう。

利府町学校給食予定献立表



8月 9月

今月の給食目標

季節の食べ物について知ろう

長い夏休みが明け、2学期がスタートします。これから秋を迎えます。「食欲の秋」「収穫の秋」「味覚の秋」といわれるように、秋には、おいしい食べ物がたくさんとれます。旬の味覚を楽しみましょう。

9月9日(水)
はしを上手に使う日
〜つまむ〜

2本のはしを上手に持って、野菜や豆をつまむことができますか？
この機会に、はしの持ち方や使い方を練習してみましょう。

9月16日(水)
食育の日+宮城水産の日 メニュー

お彼岸は、ご先祖様に感謝し、家族で食卓を囲む日本の伝統行事です。宮城県では、この時期に郷土料理の「あぐさ汁」を食べる地域が多く、今も大切に受け継がれています。
また、秋が旬のさんまも味わってください。

今月の地場産品

米・梨・玉ねぎ(本字で記載)は、新鮮でおいしい利府町産を使用する予定です。