



《家庭配布用》

(中学校)

TEL:349-0588

日	曜	給食 はしの学年等	お知らせ	献立名		使用するおもな食材			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	たん白質 g
8/26	月		始業式	利府町産米の ごはん	とふっ子キムチズタッカルビ 利府わかめ中華サラダ みそワタンスープ はちみつレモンゼリー	鶏肉 みそ チーズ 昆布 ★わかめ ちくわ 牛乳 はちみつ	★利府なし キャベツ 玉ねぎ はくさい だいこん にんじん にら ねぎ きゅうり コーン もやし たけのこ 小松菜 しいたけ レモン	★ごはん さつまいも ごま油 砂糖 ドレッシング ごま ワタタン ゼリー	909	30.9
27	火			ソフトパン	チキンナゲット (2個) グリーンサラダ パンブキンポタージュ	鶏肉 牛乳	玉ねぎ かぼちゃ きゅうり キャベツ アスパラガス コーン	パン 大豆油 小麦粉 でん粉 じゃがいも バター シチュールウ 生クリーム ドレッシング	794	26.8
28	水			利府町産米の ごはん	豚肉と玉ねぎのしょうが炒め ブロッコリーのごま和え 油麴のみそ汁	豚肉 牛乳 笹かまぼこ かつお節 とうふ みそ	玉ねぎ たけのこ ねぎ さやいんげん ブロッコリー もやし にんじん だいこん	★ごはん 米油 砂糖 でん粉 ごま ごま油 油麴	783	33.6
29	木			米粉パン	クリームスパゲティ ほたて風味フライ (2個) キャベツとツナのサラダ	ベーコン チーズ 牛乳 魚肉すり身 ほたて ツナ	玉ねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース キャベツ コーン きゅうり	パン 米粉 スパゲティ 米油 シチュールウ 生クリーム 小麦粉 パン粉 大豆油 ドレッシング	847	34.9
30	金	8/31は 831(やさい)の日		利府町産米の ごはん	夏野菜キーマカレー 塩麴入り野菜スープ スライスパン	豚肉 豚レバー 牛乳 ベーコン	★玉ねぎ にんじん キャベツ トマト コーン 枝豆 スズキニ パプリカ なす ブルーン パイン	★ごはん じゃがいも 米油 カレールウ 小麦粉 砂糖	792	25.8
9/2	月			利府町産米の ごはん	いわしのしょうが煮 さといものそぼろ煮 小松菜のみそ汁	いわし 牛乳 豚肉 油揚げ とうふ みそ	にんじん 玉ねぎ こんにゃく グリンピース だいこん えのきたけ 小松菜	★ごはん さといも 米油 砂糖 でん粉	781	30.7
3	火			米粉 フォカッチャ	ポークビーンズ 野菜コロッケ オニオンツナサラダ	ベーコン 豚肉 大豆 牛乳 チーズ ツナ	玉ねぎ にんじん トマト キャベツ きゅうり パプリカ コーン グリンピース	パン 米粉 じゃがいも 米油 砂糖 生クリーム でん粉 小麦粉 パン粉 大豆油 ドレッシング	831	35.8
4	水			利府町産米の ごはん	マーボー豆腐 もやしのナムル レアチーズデザート	とうふ 豚肉 大豆 牛乳 みそ チーズ ゼラチン 脱脂粉乳 練乳	たけのこ しいたけ にら ねぎ もやし 小松菜 にんじん レモン	★ごはん ごま油 砂糖 でん粉 ドレッシング ごま	856	31.4
5	木	給食なし								
6	金			利府町産米の ごはん	あじのスタミナ焼き 生揚げのみそ煮 まいたけのすまし汁	あじ 豚肉 牛乳 生揚げ みそ とうふ なると	にんじん たけのこ にら まいたけ みつ葉	★ごはん 米油 砂糖 でん粉 春雨	771	33.6
9	月			利府町産米の ごはん	鶏肉のオイスターあんかけ ブロッコリーのおかか和え みそ野菜スープ	鶏肉 かつお節 牛乳 豚肉 みそ	ねぎ ブロッコリー たけのこ にんじん キャベツ もやし コーン 小松菜	★ごはん でん粉 大豆油 ごま油 砂糖	802	35.9
10	火	給食なし								
11	水	敬老の日 献立		利府町産米の ごはん	さばのごまたっぷり焼き 五目豆 さつま汁	さば 鶏肉 大豆 牛乳 生揚げ 昆布 油揚げ とうふ みそ	にんじん ごぼう しいたけ こんにゃく さやいんげん だいこん はくさい しめじ ねぎ	★ごはん 砂糖 ごま 米油 さつまいも	829	36.5
12	木			米粉 きな粉パン	ちゃんぽんうどん 肉しゅうまい (3個) キャベツときゅうりの塩昆布和え ミニ桃ゼリー	きな粉 鶏肉 牛乳 かまぼこ 豚肉 ツナ 昆布	にんじん はくさい たけのこ しいたけ ねぎ 玉ねぎ キャベツ きゅうり もやし もも	パン 米粉 うどん ごま油 小麦粉 ごま ゼリー 砂糖	785	37.6
13	金	少し早い お月見 献立		利府町産米の ごはん	油麴并の具 お月見 ずんだ団子	牛乳 凍り豆腐 たまご 油揚げ	★玉ねぎ にんじん しいたけ グリンピース 枝豆 だいこん ごぼう ねぎ	★ごはん 油麴 砂糖 白玉だんご さといも	858	28.5
16	月	敬老の日								
17	火		十五夜	背割り コッペパン	ウインナーのケチャップソース ジャーマンポテト たまごと野菜のスープ	牛乳 ウインナー ベーコン 鶏肉 たまご	玉ねぎ キャベツ にんじん コーン	パン 砂糖 じゃがいも でん粉 米油	804	32.0
18	水	みやぎ 水産の日		利府町産米の ごはん	かつおのおろしソース 鶏肉ときこの煮物 おくずかけ	牛乳 かつお 鶏肉 生揚げ 油揚げ とうふ	だいこん にんじん こんにゃく たけのこ しめじ さやいんげん ごぼう しいたけ ねぎ	★ごはん でん粉 砂糖 大豆油 米油 さといも 豆麴 温麺	839	36.5
19	木			ソフトパン	大豆ミートのハンバーグ カラフルサラダ スイートポテトポタージュ	牛乳 大豆 チーズ	トマト ブロッコリー カリフラワー コーン パプリカ 玉ねぎ にんじん	パン オリーブオイル 砂糖 パン粉 ドレッシング さつまいも バター じゃがいも シチュールウ 生クリーム	848	30.2
20	金			利府町産米の ごはん	チキンカレー かつのりサラダ 利府なし	牛乳 鶏肉 ひよこ豆 ツナ かつお節 のり	にんじん 玉ねぎ トマト りんご だいこん きゅうり ★利府なし	★ごはん じゃがいも 米油 カレールウ ドレッシング	857	28.3
23	月	振替休日								
24	火			米粉 フォカッチャ	大豆入りパンネのミートソース キャラメルスイートポテト 花野菜サラダ	牛乳 大豆 豚肉	玉ねぎ にんじん トマト マッシュルーム グリンピース ブロッコリー カリフラワー パプリカ	パン 米粉 ペンネ 砂糖 オリーブオイル さつまいも 大豆油 バター ドレッシング	896	31.4
25	水			利府町産米の ごはん	鶏肉のねぎソース 春雨の五目炒め 利府わかめとたまごのスープ	牛乳 鶏肉 ベーコン たまご とうふ ★わかめ	ねぎ にんじん 玉ねぎ ピーマン しいたけ 小松菜	★ごはん 砂糖 でん粉 春雨 ごま油	808	34.3
26	木			バターロール パン	笹かまのマヨパン焼き かぼちゃのグラッセ ミネストローネ	牛乳 笹かまぼこ ベーコン 大豆	かぼちゃ ★玉ねぎ にんじん キャベツ トマト	パン マヨネーズ パン粉 バター 砂糖 マカロニ オリーブオイル	777	28.1
27	金	西中新人大会 応援献立		利府町産米の ごはん	レバー入り豚肉のオーロラ和え ひじきの炒り煮 旬野菜のみそ汁 ヨーグルト	牛乳 豚肉 豚レバー みそ ひじき 大豆 油揚げ さつま揚げ ヨーグルト	にんじん こんにゃく ★玉ねぎ なす ねぎ	★ごはん でん粉 砂糖 大豆油 小麦粉 米油 じゃがいも 豆麴	916	31.0
30	月	振替休業日								

月平均栄養価

エネルギー: 828kcal

たんぱく質: 32.1g

脂質: 24.9g

塩分: 3.1g

都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

★「はし」は、毎日忘れずに持てきましょう★

8・9月の給食目標「季節の食べものについて知ろう」



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栄養素です。給食以外の食事においても積極的にとるよう心がけましょう。

保護者の
皆様へ

利府町公式Youtubeチャンネルでは、ポテト館の給食ができるまでの動画を公開しています。ぜひ、ご視聴ください。
最新の動画は「おいしい給食ができるまで 3」です！



食物アレルギー等の健康上の理由により牛乳停止をご希望されるお子様に、代替飲料の麦茶を提供しています。(別途申請が必要です)
予定献立表に記載されている食材名は、使用する主な食材名です。アレルギー表示ではありませんので、ご注意ください。
予定献立表は、給食センターのホームページにも掲載しています。

はしを上手に使う日

箸の持ち方を意識して食べる「はしを上手に使う日献立」を毎月実施しています。今回は、豆を上手に「つまんで」食べましょう。



今月の地場産品

利府町の給食センターでは、農協さんと連携し、毎月、地場産品を取り入れた給食を実施しています。今回は「秋の食材たっぷり献立」です。お楽しみに！

毎月19日は
食育の日

食育の日献立

利府町では「毎月19日は食育の日」にちなみ、季節の食材や行事に合わせた「食育の日献立」を実施しています。今回は「秋の食材たっぷり献立」です。お楽しみに！

