

令和7年8月　こんだて予定表(A幼稚園・小学校)

つくばみらい市立学校給食センター

日 (曜日)	こんだてめい	おもなざいりょう							えいようか えんじ じどう エネルギー (kcal) しょくまんそう とうりょう (g)
		おもにからだのそしきをつくる		おもにからだのちょうしをととえる		おもにエネルギーになる		ちょうみりょうほか	
		〈1群〉 さかな　にく　たまご まめ・まめせいひん	〈2群〉 牛乳 こざかな　かいそう	〈3群〉 りよくおうしよくやさい	〈4群〉 そのたのやさい きのこ　くだもの	〈5群〉 こくるい　いもるい さとう	〈6群〉 しゅじつ ゆし		
26日 (火)	きんめまいごはん					こめ　むぎ			539 1.2 714 1.8
	牛乳		牛乳						
	コーンフライ	だいず	牛乳		とうもろこし	こむぎこ　さとう　パンこ　でんぶん　とうもろこしこ　ライむぎこ　こめこ	マーガリン　あぶら	しょくえん	
	フルーツミックスゼリー				もも　パインアップル　レモン　ぶどう	さとう			
	チキンカレー	とりにく　とりレバー　だいず		にんじん　トマト	しょうが　にんにく　たまねぎ　りんご　パパイア　レーズン	じゃがいも　さとう　こむぎこ	あぶら	カレールウ　しょくえん　こしょう　ローレル　ソース	
27日 (水)	きんめまいごはん	とりそぼろとあえものを ごはんのにせて たべましょう。				こめ　むぎ			457 1.2 665 1.9
	牛乳		牛乳						
	とりそぼろどんのぐ (とりそぼろ)	とりにく　だいず　みそ			しょうが	さとう	あぶら	さけ　しょうゆ　テンメン ジャン　トウバンジャン	
	とりそぼろどんのぐ (たまごのあえもの)	けいらん		にんじん	えだまめ	さとう　でんぶん	あぶら	しょくえん	
	とんじる	ぶたにく　なまあげ　みそ かつおぶし	かたくちいわし	にんじん	ごぼう　こんにゃく　だいこ ん　ねぎ		あぶら		
	★オレンジゼリー（しょう）				オレンジ	さとう			
	★オレンジゼリー（よう）				オレンジ　みかん	さとう　こなあめ			
28日 (木)	コッペパン キャラメルクリーム		だっしふんにゆう れんにゆう			こむぎこ　さとう　み ずあめ　でんぶん	マーガリン	しょくえん	457 1.5 643 2.3
	牛乳		牛乳						
	チリコンカン	ぶたにく　だいず　いんげ んまめ　ひよこまめ		トマト	にんにく　しょうが　たまね ぎ　えだまめ		あぶら	ワイン　ケチャップ　しょく えん　こしょう　ソース ローレル　チリパウダー	
	ブロッコリーとツナのサラダ たまねぎドレッシング	まぐろ		ブロッコリー　にんじん	とうもろこし		あぶら	しょくえん　たまねぎドレッ シング	
	アルファベットスープ	ベーコン　とりにく		にんじん	たまねぎ　キャベツ　マッ シュルーム	マカロニ	あぶら	コンソメ　がらスープ　しょ うゆ　しょくえん　こしょう ローレル	
29日 (金)	きんめまいごはん					こめ　むぎ			503 1.3 697 2.0
	牛乳		牛乳						
	はるまき	ぶたにく		にんじん	たまねぎ　キャベツ　しょう が　ほししいたけ	はるさめ　でんぶん こむぎこ　さとう　こ めこ　こなあめ	あぶら　とんし	しょうゆ　ポークブイヨン しょくえん	
	パンバンジーサラダ パンバンジードレッシング	とりにく	わかめ　かんでん		たまねぎ　きゅうり　もやし とうもろこし		ごまあぶら　ごま	しょくえん　パンバンジード レッシング	
	みそキムチスープ	ぶたにく　なまあげ　みそ かつおぶし		にんじん　にら	しょうが　キャベツ　ねぎ だいこん　えのきたけ　はく さい　たまねぎ　りんご　に んにく	さとう	あぶら　ごまあぶら	しょくえん　しょうゆ　とう がらし　ちゅうかスープ	

※都合により献立を変更することもありますのでご了承ください。★印は学校数えとなります。(ご飯等の主食、牛乳などの毎日の配送は除く)
※献立予定表にはおもな材料を記載しています。アレルギー等で詳細が必要な方は学校にお申出ください。
※給食費は期限内に納めましょう。

—今月のつくばみらい市産—　米　みそ　にんにく　ねぎ



みらいりんぞう®