

令和8年度

8・9月分学校給食献立表

小学校

藤枝市立中部学校給食センター

日曜日	献立名	アレルギー	使われている食品とおもな働き				エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	ワンポイント	
			体を作る食品 (赤色)	体の調子を整える食品 (緑色)	エネルギーのもとになる食品 (黄色)	調味料			
26 (水)	全校欠食								
	しっかり食べて、夏バテを吹き飛ばそう！ 								
27 (木)	全校欠食								
	 生活リズムを大切に！								
28 (金)	ごはん ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう		こめ		602		
	くろはんべんのいそべあげ	小麦 さば	くろはんべん あおのり		こむぎこ でんぷん しょうぶつゆ				
	そくせきづけ	小麦 大豆	塩こんぶ	キャベツ きゅうり にんじん			23.0		
	にくじゃが	小麦 大豆 豚肉	ぶたにく なまあげ	たまねぎ こんにゃく にんじん グリーンピース	じゃがいも さとう しょうぶつゆ	しょうゆ みりん 和風だし			
31 (月)	ごはん ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう		こめ		604		
	ドライカレー	小麦 乳 大豆 豚肉	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん レーズン しょうが にんにく	こむぎこ しょうぶつゆ	ソース ワイン しょうゆ カレーこ 塩 オールスパイス	21.3	ドライカレーをご飯にのせて食べましょう。	
	さつまいもサラダ (マヨネーズドレッシング)	ドレ(大豆)		きゅうり にんじん	さつまいも マヨネーズドレッシング				
	やさいスープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ベーコン	たまねぎ キャベツ ほうれんそう もやし		チキンブイヨン しょうゆ コンソメの素 塩 こしょう			
1 (火)	ごはん ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう		こめ		588		
	あつやきたまご	小麦 卵 大豆	たまご		さとう しょうぶつゆ でんぷん	酢 みりん かつおだし しょうゆ	23.9		
	ひじきのいために	小麦 大豆 鶏肉	とりにく あぶらあげ ひじき	にんじん さやいんげん	さとう しょうぶつゆ	しょうゆ みりん 和風だし			
	いもだんごじる	さば 大豆 豚肉	ぶたにく みそ	にんじん だいこん こまつな しめじ しょうが	じゃがいもだんご	かつおの素			
2 (水)	ごはん ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう		こめ		587		
	ポーくしゅうまい	小麦 豚肉	ぶたにく	たまねぎ しょうが	パンこ こむぎこ でんぷん さとう	塩	23.9		
	ハンサンスー	小麦 大豆 こま		もやし きゅうり にんじん	はるさめ さとう こま こまあぶら	しょうゆ 酢 塩			
	マーボーなす	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	とうふ ぶたにく みそ	なす たまねぎ だけのこ にんじん ほししいたけ はねぎ しょうが にんにく	さとう でんぷん しょうぶつゆ	しょうゆ スープストック 塩 トウバンジャン			
3 (木)	ごはん ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう		こめ		609		
	さんまのしおやき		さんま		しょうぶつゆ	塩	27.4		
	あさづけ	大豆 こま		キャベツ きゅうり たくあん	こま	塩			
	ぶたにくとこんにゃくのしょうがに	小麦 大豆 豚肉	ぶたにく さつまあげ	こんにゃく たまねぎ にんじん だけのこ さやいんげん しょうが	さとう しょうぶつゆ	しょうゆ みりん 和風だし			
4 (金)	げんまいパン ぎゅうにゅう	小麦 乳	ぎゅうにゅう		パン げんまい		613		
	にくだんごのあます あんかけ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ぶたにく とりにく	たまねぎ	パンこ さとう しょうぶつゆ でんぷん	しょうゆ 酢 塩	26.0		
	マカロニサラダ (マヨネーズドレッシング)	小麦 ドレ(大豆)		キャベツ きゅうり とうもろこし	マカロニ マヨネーズドレッシング				
	キムチスープ	小麦 さば 大豆 鶏肉 豚肉 りんご	とうふ ぶたにく	はくさいキムチ はくさい ねぶかねぎ にんじん しめじ しょうが にんにく		チキンブイヨン しょうゆ キムチの素 和風だし 塩			
7 (月)	ごはん ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう		こめ		594		
	さばのたつたあげ	小麦 さば 大豆	さば		でんぷん しょうぶつゆ	しょうゆ みりん	23.2		
	こまあえ	小麦 大豆 こま		キャベツ こまつな にんじん	こま さとう	しょうゆ			
	みつばのすましじる	小麦 さば 大豆	とうふ かまぼこ	にんじん みつば ほししいたけ		しょうゆ かつおの素 塩			
	れいとうみかん ソフトめん	小麦		みかん					
8 (火)	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう		めん		626		
	とりにくとトマトのソース	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉	とりにく チーズ みそ	たまねぎ にんじん グリンピース	さとう しょうぶつゆ	グチャップ トマトピューレ ソース ポタージュベース ハヤシルウ スープストック 塩 こしょう	26.1		
	ブレンオムレツ	卵 大豆	たまご		さとう だいずあぶら	塩 酢			
	ゆでやさい (わふうドレッシング)			キャベツ きゅうり とうもろこし	和風ドレッシング				
9 (水)	ごはん ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう		こめ		580		
	てりやきハンバーグ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	とりにく ぶたにく	たまねぎ トマト にんにく しょうが	さとう しょうぶつゆ でんぷん	しょうゆ みりん 塩	25.7	朝比奈第一小学校の授業作成献立です。	
	えだまめのしおゆで	大豆		えだまめ		塩			
	みそしる	さば 大豆 鶏肉	とうふ とりにく みそ	こんにゃく だいこん にんじん しめじ はねぎ		かつおの素			

○藤枝市では、国のアレルギー表示基準に基づき、下記の食品を『アレルギー』欄に記載します。

えび か に く る み 小麦 そば 卵 乳 落花生 アーモンド あわび いか いくら オレンジ カシューナッツ キウイフルーツ 牛肉
ごま さけ さば 大豆 鶏肉 パナナ 豚肉 マカダミアナッツ もも やまいも りんご ゼラチン

※材料購入の都合などにより献立を変更することがあります。

令和8年度

8・9月分学校給食献立表

小学校

藤枝市立中部学校給食センター

日 曜 日	献立名	アレルギー	使 わ れ て い る 食 品 と お も な 働 き				エネルギー (kcal) たんぱく 質(g)	ワンポイント
			体を作る食品 (赤色)	体の調子を整える食品 (緑色)	エネルギーの もとになる食品(黄色)	調味料		
(木)	ごはん				こめ		586	
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
	ソースかつ	小麦 大豆 豚肉	ぶたにく		パンこ しょうぶつゆ さとう でんぶん	ソース 酒 ケチャップ しょうゆ 塩	24.8	
	やさいのごますあえ	小麦 大豆 ごま		キャベツ きゅうり	さとう ごま	酢 しょうゆ 塩		
(金)	かきたまじる	小麦 卵 さば 大豆 鶏肉	たまご とりにく かまぼこ	たまねぎ ほうれんそう にんじん	でんぶん	しょうゆ かつおの素 塩	610	
	マーガリンパン	小麦 乳			パン マーガリン			
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう				27.7	
	トマトボークチャップ	大豆 鶏肉 豚肉	ぶたにく	たまねぎ トマト缶 エリンギ ピーマン にんにく	でんぶん しょうぶつゆ さとう	ケチャップ ソース 塩 スープストック こしょう		
(月)	ごぼうサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 ごま ドレ(ごま)		ごぼう きゅうり	さとう ごま ごまドレッシング	酒 みりん しょうゆ	592	
	キャベツとベーコン のスープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま	ベーコン	キャベツ もやし にんじん ほうれんそう		チキンブイオン しょうゆ 中華スープ 塩 こしょう	23.5	
	ごはん				こめ			
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
(火)	あじのなんばんづけ	小麦 大豆	あじ	ねぶかねぎ	でんぶん さとう しょうぶつゆ	しょうゆ 酢 みりん 一味とうがらし	618	
	やさいのアーモンドあえ	アーモンド 小麦 卵 さば 大豆		キャベツ こまつな	アーモンド	塩	25.0	
	つきなじる		うすらのたまご かまぼこ	だいこん にんじん ほうれんそう	さといも	しょうゆ かつおの素 塩		
	おつきみゼリー		かんてん	みかん果汁 レモン果汁	さとう 水あめ			
(水)	ロールパン	小麦 乳			パン		587	敬老の日に ちなんだ長 寿食の献立 です。 
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう				28.9	
	いわしのしょうがに	小麦 大豆	いわし	しょうが	さとう 水あめ	しょうゆ 酢		
	ごもくにまめ	小麦 大豆 鶏肉	だいず とりにく ちくわ	にんじん ごぼう さやいんげん	さとう しょうぶつゆ	しょうゆ 和風だし		
(木)	みだくさんじる	さば 大豆 豚肉	とうふ ぶたにく みそ あぶらあげ	こんにゃく だいこん にんじん はねぎ	さといも	かつおの素	586	かつおそぼ ろをご飯に のせて食べ ましょう。
	ごはん				こめ		29.7	
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
	かつおそぼろ	小麦 卵 大豆	かつおなまりぶし たまご	グリーンピース しょうが	さとう しょうぶつゆ	しょうゆ 酒 塩		
(金)	こまつなとしめじ のレモンす	小麦 大豆		こまつな しめじ レモン果汁		しょうゆ みりん 和風だし 酒	597	瀬戸谷小学 校のリクエ スト献立で す。 
	けんちんじる	小麦 さば 大豆 鶏肉	とうふ とりにく あぶらあげ	だいこん にんじん はねぎ	さといも	しょうゆ かつおの素 塩	23.5	
	ちゅうかめん	小麦			めん			
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
(木)	しょうゆラーメンスープ	小麦 大豆 鶏肉	ぶたにく なんと わかめ	チンゲンサイ にんじん メンマ とうもろこし	しょうぶつゆ ごまきこ しょうぶつゆ	しょうゆラーメンスープの素 チキンブイオン 酒 塩	580	
	はるまき	小麦 大豆 豚肉	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 こめこ でんぶん さとう	しょうゆ 塩	22.2	
	もやしとこまつな のあえもの	小麦 大豆 ごま	のり	もやし こまつな にんじん	ごま さとう	しょうゆ 酢 和風だし		
	ごはん				こめ			
(金)	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう				597	かぼちゃを 使ってポ タージュを 作りまし た。 
	やきぎょうざ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ぶたにく とりにく	キャベツ たまねぎ にら しょうが	ごまきこ でんぶん さとう しょうぶつゆ	しょうゆ 塩	23.0	
	ふじえだあえ			キャベツ きゅうり しそ		塩		
	とんじる	さば 大豆 豚肉	とうふ ぶたにく あぶらあげ みそ	たまねぎ こんにゃく はねぎ	じゃがいも	かつおの素		
(月)	ロールパン	小麦 乳			パン		573	フランクフル トをパン にはさんで 食べましょ う。
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう				27.4	
	タラのポテトフライ		すけそうだら		じゃがいも でんぶん しょうぶつゆ	塩 こしょう		
	カラフルサラダ (イタリアンドレッシング)			キャベツ きゅうり パプリカ	イタリアンドレッシング			
(火)	パンプキンポタージュ	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉	ぎゅうにゅう	たまねぎ かぼちゃ にんじん パセリ	なまクリーム しょうぶつゆ	ベシamelソース チキンブイオン コンソメの素 塩 こしょう	582	
	ごはん				こめ		27.6	
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
	ビビンバ	小麦 大豆 豚肉	ぶたにく	こまつな もやし ほししいたけ にんにく	さとう しょうぶつゆ でんぶん	しょうゆ 酒 みりん トウバンジャン		
(水)	きゅうりのひたひた	小麦 大豆 ごま	かつおぶし	きゅうり	さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢	613	秋が旬のさ つまいもを カレーに入 れました。 
	わかめスープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ベーコン わかめ	キャベツ たまねぎ にんじん だけのこ はねぎ		チキンブイオン スープストック しょうゆ 塩 こしょう	23.4	
	フローズンヨーグルト	乳	ヨーグルト					
	せわりパン	小麦 乳			パン			
(木)	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう				582	フランクフル トをパン にはさんで 食べましょ う。
	フランクフルト	豚肉	フランクフルト		さとう しょうぶつゆ	ケチャップ ソース ワイン	27.6	
	きのこスパゲッティ	小麦 鶏肉 豚肉	ベーコン	たまねぎ エリンギ しめじ マッシュルーム	スパゲッティ しょうぶつゆ	コンソメの素 塩 こしょう		
	とりにくとやさいのスープ	鶏肉 豚肉	とりにく	チンゲンサイ たけのこ にんじん ねぶかねぎ		チキンブイオン コンソメの素 塩 こしょう		
(金)	ごはん				こめ		597	
	ぎゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう				23.4	
	さつまいもカレー	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉 りんご	とりにく チーズ	たまねぎ にんじん セロリー グリーンピース にんにく	さつまいも しょうぶつゆ	カレールー チキンブイオン ソース ケチャップ チャツネ コンソメの素 こしょう		
	だいずとにぼしのあびに	小麦 大豆 ごま	だいず かたくりいわし		でんぶん さとう しょうぶつゆ ごま	しょうゆ みりん		
(水)	かいそうサラダ (あおじそドレッシング)		わかめ くわわかめ こんぶ とさかり ふり	きゅうり キャベツ とうもろこし		青じそドレッシング		