

[令和8年 8、9月 献立予定表]

(A)

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)				
					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	
8月	麦ごはん									こめ むぎ			
27	夏野菜のカレーシチュー				どりにく		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 カレールウ	619	738	
日	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	
(木)	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							
28	ごはん									こめ			
日	米粉揚げぎょうざ				ぶたにく だいずたんぱく どうふ ぶたにく みそ		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	
(金)	マーボー豆腐						にんじん	しょうが にんにく たまねぎ ねぎ	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	もやし		あぶら			
	牛乳			○		牛乳							
31	ごはん									こめ			
日	豆腐				どうふ						604	709	
(月)	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							
9月	プラスコッペパン(小学校)	○								パン			
1	ごはん(中学校)									ごはん		621	731
日	ハンバーグ照焼ソース				どりにく ぶたにく だいずたんぱく ベーコン			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	
(火)	ベーコンポテト						パセリ	にんにく	じゃがいも				
	コンソメスープ				どりにく		にんじん ほうれんそう	たまねぎ キャベツ					
	牛乳			○		牛乳							
2	ごはん									こめ			
日	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	
(水)	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							
3	薄揚げの みそそばろ井				薄揚げの みそそばろ					こめ むぎ			
日	キャベツ炒め				どりにく あぶらあげ みそ ベーコン			しょうが えだまめ	さとう	あぶら	618	731	
(木)	豆腐のすまし汁				どうふ かまぼこ		にんじん	たまねぎ ねぎ		あぶら	26.9	31.6	
	牛乳			○		牛乳							
4	ごはん									こめ			
日	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 ごまごこ パンこ	あげあぶら	657	774	
(金)	青菜の塩こうじ炒め				まぐろ		にんじん ごまつな	もやし	しょうが みずあめ しおこうじ	あぶら	24.0	27.7	
	さつま汁				どりにく みそ		にんじん	しょうが ほうさい ねぎ たまねぎ	さつまいも				
	牛乳			○		牛乳							
7	わかめごはん					わかめ				こめ			
日	焼きさば				さば					あぶら	630	724	
(月)	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	ずりごま	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							
8	ごはん									こめ			
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 こむぎこ	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	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							
9	ごはん									こめ			
日	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	
(水)	高野豆腐のすきやき風煮				ぶたにく ごおりどうふ		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	ほうさい					
	牛乳			○		牛乳							
10	ごはん									こめ			
日	大豆衣のメンチカツ				どりにく 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	
(木)	春雨サラダ							キャベツ きゅうり どうもろこし	はるさめ さとう	ごま ごまあぶら	20.5	24.8	
	中華スープ				どうふ		にんじん	たまねぎ ねぎ たけのこ					
	牛乳			○		牛乳							

[令和8年8、9月 献立予定表]

(A)

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)		たんばく質 (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								こめ		630	777
	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	23.8	30.2
	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		
	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		
14 日 (月)	牛乳			○		牛乳						
	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		26.6	31.0
	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		
15 日 (火)	豚汁				ぶたにく あぶらあげ みそ		にんじん	しょうが ねぎ たまねぎ ごぼう	じゃがいも			
	牛乳			○		牛乳						
	ごはん(小学校)								こめ		564	782
	プラスコッペパン(中学校)	○							パン		20.3	29.9
16 日 (水)	ミートボール				とりにく だいずたんばく		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 キャベツ しめじ もやし		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		
	牛乳			○		牛乳						
17 日 (木)	麦ごはん								こめ わぎ		601	696
	ビビンバ				ぎゅうにく			しょうが にんにく	さとう	あぶら ごまあぶら ごま	23.6	27.1
	牛肉炒め							ほうれんそう にんじん	もやし	ごまあぶら ごま		
	ナムル							にんじん	たまねぎ ねぎ たけのこ	はるさめ		
18 日 (金)	春雨スープ				ベーコン				さとう みずあめ	あぶら		
	県産きなこプリン				とうにゅう きなこ とうにゅうクリーム				さとう みずあめ	あぶら		
	牛乳			○		牛乳						
	ゆかりごはん						しそ		こめ さとう		567	666
19 日 (土)	厚焼きたまご		○		たまご				さとう てんぷん	だいずあぶら	24.4	28.4
	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						
20 日 (日)	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	28.3	32.8
	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			
21 日 (月)	牛乳			○		牛乳						
	ツナ								こめ わぎ		634	754
	そばろ井				まぐろ			たまねぎ えだまめ	さとう	あぶら	25.2	29.1
	ツナそばろ						ピーマン にんじん	しょうが れんこん		あぶら		
22 日 (火)	ベーコンの野菜炒め				ベーコン							
	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			
	牛乳			○		牛乳						
	ごはん								こめ		657	783
23 日 (水)	さわらのポト衣フライ				さわら				こめご じゃがいも	あげあぶら	25.1	29.3
	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	だいこん ごぼう とうもろこし えだまめ		フレンチドレッシング		
	牛乳			○		牛乳						
24 日 (木)	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		24.3	29.0
	コールスローサラダ						にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし		コールスロー ドレッシング		
	野菜スープ				ベーコン		にんじん	たまねぎ ほうきさい	じゃがいも			
25 日 (金)	牛乳			○		牛乳						
	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 だいず		にんじん	しょうが にんにく たまねぎ	じゃがいも	あぶら カレールウ	22.9	27.5
	チンゲンサイとキャベツのソテー				ベーコン		チンゲンサイ にんじん	キャベツ		あぶら		
26 日 (土)	フルーツミックス							おうとう(缶) みかん(缶) パインアップル(缶)				
	牛乳			○		牛乳						
	ごはん								こめ		612	744
	とうもろこししゅうまい	○			だいずたんばく さかなすりみ とうふ とうふ ぶたにく		にんじん	とうもろこし たまねぎ	てんぷん パンこ さとう こむぎこ みずあめ さとう てんぷん	ラード あぶら	24.6	29.1
27 日 (日)	豆腐の五目煮						にんじん	たまねぎ たけのこ ほししいたけ		あぶら		
	もやしとにらの中華炒め						にら にんじん	もやし		あぶら		
	牛乳			○		牛乳						
	ごはん								こめ			

◎今月の主な平均栄養価 エネルギー 618 kcal たんばく質 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 たんばく質 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希望ください。