



8月 予定献立表&もいつけ表



スクールミールなかむらみなみ

夏休みが終わり、早い学校では8月26日から2学期がスタートします。

8月中の3日間(27・28・31)の給食は、給食がある学校が少ないため、いつもは出せないあのデザートが登場します。お楽しみに・・・✿

2学期も給食をしっかり食べて、心と身体に栄養を補い、勉強やスポーツを頑張れる力を付けましょう！

< 予定献立表 >

献立のテーマ	日	献立名	牛乳	黄の仲間 熱や力の元になる	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他	中学生 (2年生)
2学期も がんばろう 献立	27 木	かつカレー	○	精白米、強化麦、なたね油、さとう	とんかつ、ぶたミンチ/牛乳	たまねぎ、にんじん、グリーンピース	カレー粉、ウスターソース、赤ワイン、しょうゆ、トマトチャップ	84.0 kcal
		健康サラダ		サラダ油、さとう、ごま	ひじき	にんじん、きゅうり、キャベツ、コーン	しょうゆ、酢、塩、こしょう	34.2 g
		おたのしみデザート♡		おたのしみデザート♡				28.7 g
								3.6 g
パスタ 献立	28 金	ミートスパゲッティ	○	スパゲッティ、サラダ油、さとう	牛ミンチ、ぶたミンチ/牛乳	にんじん、たまねぎ、グリーンピース、干しいたけ	赤ワイン、塩、こしょう、トマトチャップ、ウスターソース、しょうゆ	82.3 kcal
		ミニ豆乳ブレッド		みにとうにゅうブレッド				29.8 g
		野菜サラダ		サラダ油、さとう		きゅうり、キャベツ、コーン	酢、塩、こしょう	32.1 g
		ミルクコーヒー		みるめーくこーひー				4.3 g
韓国料理 献立	31 月	セルフキンパ	○	精白米、ごま、さとう、ごま油	味付けのり、牛肉、ぶた肉モモ/牛乳	しょうが、にんにく、もやし、ほうれんそう(ゆで)、にんじん、たくあん	塩、さけ、しょうゆ、七味とうがらし、酢、しょうゆ	73.4 kcal
		わかめスープ		ごま	わかめ	たまねぎ、ねぎ	コンソメ、こしょう	30.1 g
		レモンゼリー		レモンゼリー				20.4 g
								5.4 g

* 材料等の都合により、献立や食材を変更する場合があります。ご了承ください。

< もいつけ表 >

27 「2学期もがんばろう」献立

28 「パスタ」献立

8月31日は
野菜の日

野菜不足になっていませんか？ いろいろな野菜をおいしく食べましょう。

31 「韓国料理」献立

給食実施日につきましては、各学校からのお知らせをご確認ください。