

令和6年8・9月 予定献立表

高岡市立福岡小学校

日 曜日 曜日	行事 行事	主食 主食	牛乳 牛乳	副食 副食	主な食材			エネルギー	
					血や肉のもとになる 赤の食品	熱や力のもとになる 黄の食品	体の調子を整える 緑の食品		
28	2学期 給食開始日	コッパン(乳)	コッパン(乳)	ししゃもフライ 枝豆 ミネストローネ	牛乳 ししゃも 白いんげん豆	ベーコン 油 マッショールーム	枝豆 玉ねぎ セロリ	601kcal 25.3g	
29		ごはん	ごはん	豚肉のジャンロー きゅうりのナムル 豆腐とわかめの味噌汁	牛乳 わかめ 味噌	納豆腐 ごま油 ごま	生姜 玉ねぎ 人参	560kcal 25.2g	
30		麦ごはん	麦ごはん	オムレツ(卵) ブロッコリーときゃべつのサラダ キーマカレー(乳)	牛乳 大豆	豚肉 砂糖 油 カレールー	ブロッコリー コーン 人参 ピーマン	664kcal 26.2g	
2		ごはん	ごはん	ひよこ豆の味噌がらめ きゃべつのしそごま和え そうめん汁	牛乳 味噌	ひよこ豆 油揚げ ごま	でんぷん 油 そうめん ねぎ	660kcal 21.5g	
3		ごはん	ごはん	いわしの梨ソースかけ ブロッコリーサラダ ポテトとベーコンのスープ メロンゼリー	牛乳 いわし	ベーコン 油 青じそトッピング	砂糖 梨 じゃがいも コーン	641kcal 21.3g	
4	たかおか コロケの日 献立	米粉入りパン(乳)	米粉入りパン(乳)	なっばコロケ(乳) 切干大根のサラダ フルーツポンチ	牛乳 なっばコロケ	寒天缶 油 砂糖	切干大根 きゅうり もも缶 りんご缶	658kcal 20.6g	
5		ごはん	ごはん	豚肉のピリ辛炒め 小松菜ときゃべつのひたし かぼちゃの味噌汁	牛乳 味噌	豚肉 油揚げ ごま油	にんにく 生姜 小松菜 きゃべつ かぼちゃ	659kcal 27.0g	
6		ごはん	ごはん	さけのちゃんちゃん焼き(乳) 変わり漬け カレースープ アップルシャーベット	牛乳 さけ 味噌	油 白いんげん豆 マーガリン	玉ねぎ きゃべつ きゅうり たくあん 人参 アップルシャーベット	599kcal 27.0g	
9		ごはん	ごはん	厚焼き卵(卵) 春雨のごま酢和え 麻婆豆腐	牛乳 わかめ	厚焼き卵 豚肉 赤味噌	春雨 ごま油 ごま でんぷん	654kcal 24.0g	
10		ごはん	ごはん	いかと大豆のごまがらめ ポイル野菜 ワンタンスープ	牛乳 ベーコン	いか 大豆	でんぷん 油 ごま じゃがいも	648kcal 24.8g	
11		2/3コッパン(乳)	2/3コッパン(乳)	荒焼きウインナー ブロッコリーのコーン和え 焼きそば	牛乳 豚肉	荒焼きウインナー 青のり	2/3コッパン 中華めん 油	638kcal 25.1g	
12		ごはん	ごはん	わかさぎの南蛮漬け 青菜の納豆和え 豆乳汁	牛乳 わかめ 味噌	わかさぎ 納豆 納豆腐 豆乳	ごは でんぷん 上新粉 油 砂糖 じゃがいも	ほうれん草 きゃべつ 人参 ごぼう ねぎ	595kcal 27.5g
13	郷土食献立 (冬瓜の 味噌汁)	ごはん	ごはん	豆腐ハンバーグ 小松菜のオイスターソース炒め 冬瓜の味噌汁	牛乳 味噌	豆腐ハンバーグ 油揚げ 味噌	ごは 油 でんぷん ふりかけ	まいたけ 小松菜 人参 生椎茸	613kcal 27.4g
17	お月見献立	ごはん	ごはん	肉団子のたれつけ 豆いろいろサラダ お月見スープ お月見ゼリー	牛乳 ひよこ豆	肉団子のたれつけ 大豆 鶏肉	ごは 砂糖 油 お月見ゼリー	枝豆 人参 もも缶 青梗菜 えのきたけ	647kcal 20.7g
18		食パン(乳)	食パン(乳)	ガーリックチキン カラフル和え コーンチャウダー(乳) チョコビーズクリーム(乳)	牛乳 鶏肉	ベーコン 食パン 油 ごま マカロニ マーガリン	にんにく レモン きゃべつ 赤ピーマン 人参 コーン	687kcal 29.3g	
19	たかおか 食19献立	ごはん	ごはん	高岡野菜の五目あんかけ丼 ゆでブロッコリー かきたまスープ(卵)	牛乳 ホキ	卵	ごは でんぷん 上新粉 油 砂糖	人参 玉ねぎ 黄ピーマン ブロッコリー ほうれん草	569kcal 20.0g
20		ごはん	ごはん	さばの旨味噌かけ 野菜の昆布漬け じゃがいものそぼろ煮	牛乳 さば	味噌 豚肉	ごは 砂糖 ごま でんぷん	生姜 もやし 玉ねぎ いんげん	661kcal 26.4g
24		ごはん	ごはん	がんものきめ煮 まわかめのきんぴら さつま汁 冷凍みかん	牛乳 ベーコン	がんもどき まわかめ 味噌	ごは 砂糖 ごま 人参 いんげん 大根 冷凍みかん	692kcal 24.2g	
25		コッパン(乳)	コッパン(乳)	コーンエッグ(卵) フルーツヨーグルト和え(乳) ポークビーンズ	牛乳 豚肉	卵 大豆	ヨーグルト コッパン 砂糖 じゃがいも オリーブ油	コーン りんご缶 人参 ピーマン マッショールーム いんげん	619kcal 26.4g
26		減量ごはん	減量ごはん	秋野菜のかき揚げ(卵) 青菜のごまひたし 五目うどん ピーチシャーベット	牛乳 鶏肉	大豆 油揚げ	ごは さつまいも 小麦粉 ごま うどん	玉ねぎ 人参 ごぼう きゃべつ ほうれん草 ねぎ ピーチシャーベット	649kcal 22.5g
27		ごはん	ごはん	魚の立田揚げ 青菜とコーンのひたし 野菜のうま煮	牛乳 油揚げ	鶏肉	ごは でんぷん 上新粉 油 砂糖 じゃがいも 人参	生姜 小松菜 人参 たけのこ	656kcal 31.5g
30	地場産品献立 (生椎茸)	ごはん	ごはん	さばの塩焼き ひじきの炒め煮 きのこ豆腐の味噌汁	牛乳 鶏肉	さば 大豆 油揚げ	ごは 油 砂糖 人参 いんげん ねぎ	668kcal 34.2g	
								650kcal 24.0g	

※ 都合により、献立や食材を変更する場合があります。 ※ 毎月19日は食育の日です。高岡市では毎月19日前後に「たかおか食19丼」のメニューを出しています。

高岡市立福岡小学校
中学年基準

※ 下記の食品が含まれている場合は、献立の横に印をつけてあります。
 主な材料の欄とともにアレルギー除去の参考にしてください。
 卵・卵製品・・・(卵) 甲殻類・・・(甲) 乳製品・・・(乳)

今月の地場産品
 米、牛乳、小松菜、生椎茸、にんにく

