



8・9月 予定献立表

令和4年8月
岩沼市立玉浦小学校

今月の給食目標 「きそくたさいいしょくじをしましょう」

月	火	水	9月1日は防災の日	金
29日 ごはん 夏やさいポークカレー ブロッコリーサラダ フレンドヨーグルト 牛乳 721/25.9/21.8/2.0	30日 4年生校外学習(給食なし) せわりパン(ももジャム) チーズオムレツ とり肉のトマト煮こみ ABCマカロニスープ 牛乳 596/27.5/23.8/2.9	31日 ごはん チンジャオロースー コーンシューマイ2こ チンゲン菜の中華スープ 牛乳 570/25.8/14.5/2.3	9月1日 6年生修学旅行 プチミルクパン 長崎ちゃんぽんめん 米粉はるまき きゅうりの中華づけ 牛乳 628/25.1/28.4/3.0	2日 6年生修学旅行 むぎ麦ごはん ガバオライスの臭 カップエッグ(ケチャップ) はるさめスープ 牛乳(ミルク-7) 694/27.8/21.5/2.0
5日 ごはん 和風ハンバーグ りっちゃんサラダ かきたま汁 牛乳 616/26.0/17.6/2.0	6日 プチ米粉パン ひやしさぬきうどん 二色あげ(いか・かぼちゃ) こまつなとわかめのツナあえ 牛乳、冷凍みかん 656/25.3/22.8/3.1	7日 ごはん 三色ビビンバ丼の臭 (せんぎりぶたにくいため・こまつなのナムル・きんしたまご) だいこんとわかめのスープ 牛乳、カット生パイン 548/26.4/14.2/1.6	8日 おつきみメニュー 9月10日④はじゅうごやおつきみです! てづくりがんづき あつやきたまご ひじきと枝豆のあえもの 白玉だんご汁 牛乳、お月見デザート 631/25.2/25.1/2.2	9日 1年生校外学習(給食なし) ごはん さけのみそマヨ焼き おくらとえのきのおかかえ とん汁 牛乳 651/31.5/21.3/1.8
12日 ごはん あじフライ(ワ-) にんじんシリシリー もずくのみそ汁 牛乳 622/25.0/19.4/2.1	13日 読書週間コラボメニュー 食パン(チョコだいたすワ-) 特製ソースのオムレツ グリーンサラダ さつまいものスープ 牛乳、おとうふドーナツ 731/22.7/36.9/3.0	14日 6年生応援メニュー わかめごはん とんかつ(みそだれ) いろどりポテトサラダ なめこ汁 牛乳 678/27.8/20.3/3.0	15日 6年生市陸上記録会(給食なし) せわりコッペパン 塩やきそば フランフルト(ケチャップ) きゅうりとキャベツのゆかりあえ 牛乳、バナナ 638/28.1/24.4/2.9	16日 6年生陸上予備日(給食なし) ごはん さばのみそ煮 きりほし大根のはりはりづけ さつまい 牛乳、くだもの(なし) 680/217.5/20.8/2.2
19日 敬老の日 読書週間コラボメニュー 「パムとケロ」シリーズのえほんよ。オムレツやスープ、おさうじ山もりのドーナツなど、おいしそうなたべものがたくさん出てきます。すみずみまでよみたくなるえほんです。 608/26.0/16.7/1.8	20日 きなこあげパン てりやき肉だんご2こ かみかみサラダ ワンタンスープ 牛乳 572/25.6/24.8/2.9	21日 おひがんメニュー 5年生校外学習(給食なし) ごもくごはん(1~3年生、特別支援学級は自炊炊飯) さんまのおかか煮 あぶらふのあんかけ汁 こまつ菜の磯部あえ 牛乳、なしのゼリー 687/25.5/21.6/2.2	22日 米粉フォカッチャ バーベキューチキン パンプキンサラダ ジュリアンスープ 牛乳 532/29.1/20.2/2.8	23日 秋分の日 ★8・9月の平均栄養量 熱量 637kcal たんぱく質 26.3g 脂質 21.9g カルシウム 379mg 鉄分 2.9mg 食塩 2.4g ※献立の下の数字は左から熱量(kcal)/たんぱく質(g)/脂質(g)/食塩(g)の順に表示しています。 680/217.5/20.8/2.2
26日 ごはん とりにくのからあげ2こ(1~3ねんせいはいこ) きんぴらごぼう ちんげん菜ととうふのみそ汁 牛乳 608/26.0/16.7/1.8	27日 バターロール いわしのピザ焼き アスパラコーンソテー クラムチャウダー 乳酸菌飲料(いちご味) 603/26.5/20.3/2.6	28日 ごはん 肉じゃが 角田の納豆 野菜のキムチあえ 牛乳、いわぬまのりんご 639/25.8/15.4/1.8	29日 プチココアパン こまつ菜ときのこのスパゲティー おからのヘルシーキッシュ プチトマト2こ 牛乳 621/24.2/23.6/2.5	30日 ごはん ハヤシシチュー フレンチサラダ スペシャルフルーツヨーグルト 牛乳 728/25.0/23.5/2.3

保護者の方へ

※ はしは毎日洗いきれいにして使しましょう ※ 献立は変更する場合があります。

スプーンマーク

※スプーンがあると食べやすい献立に「スプーンマーク」を表示します。はし・スプーンの両方を持参するようにお願いします。

※ 9/5~9/9に仙台大学より栄養士の実習生が2名、9/12~9/16に栄養教諭の実習生が1名入ります。

【市教育委員会からのお知らせです。】

岩沼市では、物価高騰により給食食材費に影響が出ていることから、7/14から今年度分の給食食材費の補助をおこないます。尚、保護者が負担する給食費はこれまでどおりの金額です。(補助金額は一食あたり40円です。)

