



8・9月学校給食献立予定表

令和5年度 竜王北中学校



日・曜日	牛乳	こんだてめい		料理番号	血や肉、骨を作る食品	熱や力になる食品	体の調子を整える食品	備考
		しゅよく	ふくしよく					
8月28日(月)	○	食パン(いちこジャム)	鶏肉と豚肉のハンバーグ① 野菜サラダ② 大根スープ③ チーズ	① ② ③	生乳 チーズ 豚肉 鶏肉 糸かまぼこ 鶏肉	パン パン粉 ドレッシング	たまねぎ キャバツ きゅうり にんじん いんげん 大根 にんじん たまねぎ ほうれん草	2学期給食開始! たくさん食べたい
29日(火)	○	麦ご飯	焼き魚(ほっけ)① れんこんの五目煮② 味噌汁③	① ② ③	牛乳 ほっけ 鶏肉 大豆 油揚げ 煮干し 味噌	米 麦 強化米 米油	れんこん ごぼう にんじん きぬさや たまねぎ ねぎ	野菜に おいしい 味が 染みこんで
30日(水)	○	バターロール	ウインナーオムレツ① ブロッコリーソテー② ラビオリスープ③ 	① ② ③	牛乳 卵 ウインナー ベーコン ラビオリ 豚肉	パン 米油 米油	プロッコリー にんじん ホールコーン にんにく たまねぎ にんじん もやし 小松菜 玉ねぎだけ	小さい かわいい オムレツで 目からも 給食を 楽しんで
31日(木)	○	麦ご飯	コロッケ① 三色ソテー② 五目汁③	① ② ③	牛乳 鶏肉 鶏肉 豆腐 煮干し 味噌	米 麦 強化米 じゃがいも 米油 パン粉 米油	たまねぎ カリフラワー にんじん ヤングコーン 小かぶ にんじん えのきだけ ねぎ	サクサクの コロッケ 給食室で 揚げます
9月1日(金)	○	甲州ワインピーフと赤坂トマト入りハヤシライス①	【市制19周年記念献立】 キャバツとハムのサラダ② 梅ジャムゼリー③ 	① ② ③	牛乳 ワインピーフ ささみの水煮	米 麦 強化米 米油 じゃがいも ドレッシング	たまねぎ キャバツ にんじん きゅうり ホールコーン 梅ジャムゼリー	甲斐市の 誕生日です ワインピーフ 赤坂トマト おいしく 煮込みました
4日(月)	○	麦ご飯	豚肉のしょうが焼き① 磯香和え② かきたま汁③ 	① ② ③	牛乳 豚肉 のり 卵 豆腐 鰹節	米 麦 強化米 砂糖 かたくり粉	しょうが にんにく にんじん 白菜 もやし にんじん しめじ ねぎ	大好きな 豚肉に しょうがの 味が食欲を そそります
5日(火)	○	冷やし中華①	大餃子② 瀬戸内レモンゼリー③	① ② ③	牛乳 ロースハム 卵 豚肉 ぎょうざの皮	中華麺 ごま ぎょうざの皮	たまねぎ レモンゼリー	暑い日に 冷やし中華 食が進みます
6日(水)	○	バターロール	スペイン風オムレツ① 大根サラダ② 野菜スープ③	① ② ③	牛乳 卵 ロースハム ツナ 豚肉	パン ドレッシング	たまねぎ レモンゼリー 大根 きゅうり にんじん 黄パプリカ キャバツ にんじん たまねぎ ホールコーン	スペイン風 オムレツ お昼の 放送で!!
7日(木)	○	麦ご飯	さばの煮付け① ほうれん草ソテー② すまし汁③ 	① ② ③	牛乳 さば 豚肉 なると 鰹節	米 麦 強化米 砂糖	たまねぎ ほうれん草 キャバツ しめじ ホールコーン えのきだけ ねぎ	朝から しゅくり 給食室で さばを煮付け ました
8日(金)	○	チキンライス①	ちんげん菜スープ② 冷凍みかん 	① ② ③	牛乳 鶏肉 豚肉	米 麦 強化米 米油 砂糖	たまねぎ しょうが にんにく たまねぎ にんじん グリンピース ちんげん菜 たけのこ たまねぎ にんじん 冷凍みかん	クチャップ ソースなど いろいろな 調味料で おいしく なります
11日(月)	○	食パン(いちこジャム)	和風スパゲティ① キャバツと糸かまぼこのサラダ② 豆入りトマトスープ③	① ② ③	牛乳 鶏肉 糸かまぼこ 大豆 バーコン	パン スパゲティ 米油 ドレッシング	たまねぎ しめじ ほうれん草 キャバツ きゅうり たまねぎ にんじん キャバツ 赤坂トマト ブロッコリー	スパゲティを 和風味で 仕上げました
12日(火)	○	醤油ラーメン①	野菜シユーマイ② キムチ和え③ カリカリくんアイス 	① ② ③	牛乳 豚肉 なたね わかめ 鶏肉 ちくわ	中華麺 米油 シユーマイの皮 砂糖 ごま油	しょうが にんにく たまねぎ にんじん しなちく ねぎ にんじん たまねぎ 白菜 きゅうり にんじん	紫龍祭の 本番も もう少し

日・曜日	牛乳	こんだてめい		料理番号	血や肉、骨を作る食品	熱や力になる食品	体の調子を整える食品	備考
		しゅしよく	ふくしよく					
13 (水)	○	丸パン	チーズ挟みカツ① マカロニサラダ② かぶのスープ③	① ② ③	牛乳 チーズ ロースハム ロースハム 豚肉	パン パン粉 米油 マカロニ ドレッシング	きゅうり にんじん 黄パプリカ 小かぶ 生しいだけ にんじん ホールコーン	マカロニ サラダ さっぱり ドレッシング で頂きます
14 (木)	○	麦ご飯	焼き魚(ます)① 五目きんぴら② 味噌汁③	① ② ③	牛乳 ます 豚肉 味噌 煮干し	米 麦 強化米 砂糖 ごま 米油 つきごん	ごぼう にんじん 干しいだけ いんげん しめじ ねぎ	北杜市で 作られた ごぼうを 炒めました ごぼうの 香りで おいしい
15 (金)	コ 牛乳 乳ヒ	豚肉丼 ①	【紫籠祭文化の部】	① ②	牛乳 豚肉 なると	米 麦 強化米 砂糖 米油 しらたき	たまねぎ にんじん 干しいだけ きぬさや	

敬老の日の為、学校はお休みです

学園祭の代休の為、学校はお休みです

18 (月)								
19 (火)								
20 (水)	○	シユ ガート スト ①	キャバツとツナの サラダ② ポトフ③	① ② ③	牛乳 ツナ ベーコン ワインナー	パン マーガリン グラニュー糖 ドレッシング じゃがいも	キャバツ にんじん たまねぎ にんじん キャバツ いんげん ブルーベリーゼリー	1枚1枚 給食室で 塗って 焼きました
21 (木)	○	麦ご飯	ししゃものフライ① エリンギの オイスター炒め② すまし汁③ ブルーベリーゼリー	① ② ③	牛乳 ししゃも 豚肉 うずら卵 なると	米 麦 強化米 米油 オイスターソース	エリンギ 赤パプリカ たまねぎ ピーマン もやし ねぎ	調理員さんが カリカリに 揚げて くれました
22 (金)	○	五目 チャー ハン ①	中華和え② 中華スープ③	① ② ③	牛乳 焼き豚 卵 ロースハム 鶏肉	米 麦 強化米 米油 ドレッシング	たまねぎ にんじん 干しいだけ ねぎ グリンピース ほうれん草 にんじん もやし ホールコーン 小松菜 にんじん	お肉屋さんの 焼き豚 チャーハンが もっと おいしく なります
25 (月)	○	ピタ パン	ハープチキン① ジャーマンポテト② 白菜スープ③	① ② ③	牛乳 鶏肉 ベーコン 糸かまぼこ	ピタパン オリーブ油 じゃがいも 米油	レモン果汁 にんにく たまねぎ 乾燥パセリ 白菜 たまねぎ にんじん 小松菜	にんにくと マスタードで 鶏肉に 味付け しました
26 (火)	○	麦ご飯	いかのしょうが焼き① 温野菜ソテー② なめこ汁③ ヨーグルト	① ② ③	牛乳 ヨーグルト いか ワインナー 豆腐 味噌 煮干し	米 麦 強化米 米油	しょうが ブロッコリー カリフラワー ヤングコーン 赤パプリカ なめこ ねぎ	色とりどりの 野菜の ソテーを 召し上げれ!
27 (水)	○	丸パン	煮込みハンバーグ① グリーンサラダ② コンソメスープ③	① ② ③	牛乳 鶏肉 豚肉 ワインナー	パン 砂糖 ドレッシング じゃがいも	たまねぎ しめじ マッシュルーム エリンギ ピーマン 赤坂トマト キャバツ きゅうり 黄パプリカ えのきだけ	野菜や きのこの ソースで 煮込みました
28 (木)	○	煮込み うどん ①	ちくわの磯辺揚げ② はりはり漬け③	① ② ③	牛乳 豚肉 なると 鯉節 油揚げ ちくわ 青のり	うどん 天ぷら粉 米油 砂糖 ごま ごま油	にんじん たまねぎ 干しいだけ ねぎ ほうれん草 たくあん漬け きゅうり もやし	貝たつぷり うどんを 召し上げれ
29 (金)	○	五穀米 入り わかめ ご飯	【十五夜給食】 スコッチエッグ① ごま和え② 月菜汁③ 月見団子	① ② ③	牛乳 わかめ 卵 鶏肉 かまぼこ 鯉節	米 麦 強化米 月見団子 ごま 砂糖 白玉団子	黒米 ごま もちあわ もちきび ハト麦他 キャバツ 白菜 にんじん ほうれん草 にんじん しめじ ねぎ	きれいな 月を 見ながら