



令和6年度 7・8月分 学校給食予定献立表



御殿場市立高根学校給食センター 0550-82-6182 栄親宿

Table for the first week (Monday) with columns for date, menu items, ingredients, and student counts for elementary and middle schools.

ごてんば米コン最優秀賞メニュー

Table for the second week (Monday) featuring 'Best Menu' items with detailed ingredient lists and student counts.

たなぼたごんだて

Table for the third week (Monday) with 'Tanabota Gondate' menu items and student counts.

\*\*\*「たべっぴのの本の世界へようこそ」リトルメイドお魚介のペペロンチーノ\*\*\*

Table for the fourth week (Monday) with 'Little Maid' and 'Papa's Peronchi' menu items and student counts.

Table for the fifth week (Monday) with menu items and student counts.

Table for the sixth week (Monday) with menu items and student counts.

Table for the seventh week (Monday) with menu items and student counts.

ごてんばごめごカレーの日

Table for the eighth week (Monday) with 'Gomenba Gome G Curry Day' menu items and student counts.

Table for the ninth week (Monday) with menu items and student counts.

日曜日	こんだて		おもに体をつくる もとなる食べ物		おもに体の調子を整える もとなる食べ物		おもにエネルギーの もとなる食べ物		栄養価		
									小学校	中学校	
15月	<b>海の日</b>										
16	ごてんぱこしヒカリごはん						こめ				
	キムタクごはんの具		ぶたにく	はくさい・にんじん・たまねぎ・りんご・にんにく・しょうが だいこん			あぶら・さとう		640	815	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					15 14			
	水餃子のスープ		とりにく・いか・ぶたにく・とりにく・だいすこ	たまねぎ・にんじん・たけのこ・チンゲンサイ・キャベツ・ねぎ しょうが			あぶら・ねぎあぶら・でんぶん・こむぎこ さとう		25	22	
17	フルーツのゼリーあえ				パイナップル・おうとう		アイスゼリー (マスクット・ピーチ)		3.1	3.7	
	食パン/メープルジャム						パン/メープルジャム				
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					661 784			
	カレーポトフ		とりにく・うずらたまご	たまねぎ・にんじん・キャベツ			あぶら・じゃがいも・ルウ		18	17	
18	ホキバジルフライ		ホキ	バジル			あぶら・でんぶん・パンこ・こむぎこ		36	35	
	まめまめサラダ		ひよこまめ	えだまめ・とうもろこし・きゅうり			ドレッシング・マヨネーズ		2.9	3.5	
	ごてんぱこしヒカリごはん						こめ				
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					592 774			
19	和風おろしハンバーグ		ぶたにく・とりにく	だいこん・たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが			さとう・でんぶん		17	16	
	にんじんシリシリ		まぐるあぶらづけ・たまご	にんじん			でんぶん・ごまあぶら・さとう・あぶら		31	28	
	もやしと油揚げのみそ汁		あぶらあげ・とうふ・みそ	もやし・こまつな					2.2	2.7	
	ごてんぱこしヒカリごはん						こめ				
ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					592 774				
和風おろしハンバーグ		ぶたにく・とりにく	だいこん・たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが			さとう・でんぶん		17	16		
にんじんシリシリ		まぐるあぶらづけ・たまご	にんじん			でんぶん・ごまあぶら・さとう・あぶら		31	28		
もやしと油揚げのみそ汁		あぶらあげ・とうふ・みそ	もやし・こまつな					2.2	2.7		
*** ふじのくに地産地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) ***											
19	背割りロールパン						パン				
	焼きウインナー		ぶたにく					さとう		605	727
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					17 16			
	小松菜とエリンギのソテー		ベーコン	にんにく・エリンギ・にんじん・こまつな・キャベツ			あぶら		43	39	
金	コーンポタージュスープ		ぎゅうにゅう・なまクリーム	たまねぎ・とうもろこし・パセリ			ルウ		2.6	3.3	
	ごてんぱこめこの日										
22	ごてんぱこしヒカリごはん						こめ				
	ハヤシソース		ぶたにく	しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん・マッシュルーム グリーンピース・りんご			あぶら・ルウ・さとう		669	851	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					14 13			
	彩りサラダ		キャベツ・にんじん・きびまん・えだまめ					ドレッシング		36	32
月	手作りツナコーンパイ		まぐる	とうもろこし・たまねぎ			パイ・マヨネーズ		2.4	2.7	
	ごてんぱこめこの日										
8/30	お茶揚げパン		りよくちや					パン・マーガリン・さとう・あぶら		621	716
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					14 14			
	ベーコンと野菜のパンネ		ベーコン	にんにく・とうもろこし・キャベツ・あかピーマン			マカロニ・オリブ油		46	44	
	チキンスープ		とりにく	たまねぎ・にんじん・はくさい			あぶら		1.6	1.9	
金	牛乳プリン						ぎゅうにゅうプリン				

\*\*\* ふじのくに地産地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) \*\*\*

19	背割りロールパン						パン				
	焼きウインナー		ぶたにく					さとう		605	727
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					17 16			
	小松菜とエリンギのソテー		ベーコン	にんにく・エリンギ・にんじん・こまつな・キャベツ			あぶら		43	39	
金	コーンポタージュスープ		ぎゅうにゅう・なまクリーム	たまねぎ・とうもろこし・パセリ			ルウ		2.6	3.3	
	ごてんぱこめこの日										

ごてんぱこめこの日

22	ごてんぱこしヒカリごはん						こめ			
	ハヤシソース		ぶたにく	しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん・マッシュルーム グリーンピース・りんご			あぶら・ルウ・さとう		669	851
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					14 13		
	彩りサラダ		キャベツ・にんじん・きびまん・えだまめ					ドレッシング		36
月	手作りツナコーンパイ		まぐる	とうもろこし・たまねぎ			パイ・マヨネーズ		2.4	2.7
	ごてんぱこめこの日									

夏休み

8/30	お茶揚げパン		りよくちや					パン・マーガリン・さとう・あぶら		621	716
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					14 14			
	ベーコンと野菜のパンネ		ベーコン	にんにく・とうもろこし・キャベツ・あかピーマン			マカロニ・オリブ油		46	44	
	チキンスープ		とりにく	たまねぎ・にんじん・はくさい			あぶら		1.6	1.9	
金	牛乳プリン						ぎゅうにゅうプリン				


※都合により、献立内容を変更させていただく場合があります。

※上記の食品以外にも使用する場合があります。アレルギー食材の確認など詳細につきましては、高根学校給食センターにお問い合わせください。

※給食のみそは、ふるさと工房で作られた手作りみそを一部使用する予定です。

※ごはんは、すべてごてんぱこしヒカリ100%です。

※魚には骨があります。よく噛んで食べましょう。

	エネルギー(kcal)	650	830
	たんぱく質(%)	13~20	13~20
	しぼう(%)	20~30	20~30
	食塩(g)	2.0	2.5

なつ やす しよく せい かつ  
**夏休みの食生活**  
き  
**気をつけたい**  
**ポイント**

**や** さい (野菜) をしっかり 食べよう




**な** んでも 食べて 丈夫な体 をつくろう



**す** いぶん (水分) 補給を こまめに しよう



**つ** め (冷) たいもの の とり過ぎに 気をつけよう



**み** んなで食事を する機会 をつくろう



**もっと! 野菜を食べよう**

8月31日は「8(や)・3(さ)・1(い)」の日です。  
意識して野菜を食べましょう!!

忙しい時には、カット野菜や冷凍野菜を利用すると、手軽に野菜をとることができます。

