

7・8月 分献立のお知らせ

(基本食)



献立のお知らせは八戸市のホームページでもご覧いただけます。

アクセスはこちらから⇒⇒

検索



◎アレルギー表示の見方について



- ①そば・落花生・かに・くるみは使用していません。
- ②料理ごとに使用しているアレルゲン物質に○印をつけています。
- ③主食(ごはん、パン、めん)は、卵・乳・小麦・そばを扱うところで製造しているため、微量の混入の可能性(コンタミネーション)があります。

2024年度

小学校

八戸市教育委員会 東地区給食センター Tel : 0178(33)7681

日	曜日	はし持参日	献立名	アレルギー表示				使用するおもな食品とからだの中でのほたらき				エネルギー(kcal)	備考
				卵	乳	小麦	えび	おもに体を作る たんぱく質、無機質を多く含む	おもにエネルギーのもとになる 炭水化物、脂質を多く含む	おもに体の調子を整える カロテン、ビタミンCを多く含む	その他		
1	月	○	ごはん						ごはん			633	「どさんこ汁」は、北海道の郷土料理です。
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			どさんこじる			○	○	ぶたにく みそ	じゃがいも バター	もやし にんじん たまねぎ コーン ねぎ にんにく しょうが	みそラーメンのもと ちゅうかスープのもと		
			さばみぞれに わかめときゅうりのすのもの				○	さば わかめ	さとう	だいこん きゅうり			
2	火	○	さんしょくそうめん(めん)				○		さんしょくそうめん			684	
			さんしょくそうめん				○	とりにく なんと		ほししいたけ ほうれんそう にんじん ねぎ	しょうゆ		
			ぎゅうにゅう				○	ぎゅうにゅう					
			ほしがたミンチカツ				○	ぶたにく	パンこ なたねあぶら	たまねぎ			
			ふきのふくめに たなばたタルト			○	○	ちくわ	さとう	ふき こんにやく にんじん	しょうゆ		
3	水		コッペパン				○		コッペパン			669	
			キャラメルクリーム				○		キャラメルクリーム				
			ぎゅうにゅう				○	ぎゅうにゅう					
			ミネストローネ				○	ベーコン だいず	マカロニ じゃがいも さとう	にんじん たまねぎ だいこんな かんぴょう トマト にんにく			
			チキンピカタ はなやさいソテー			○	○	とりにく たまご チーズ	こむぎこ サラダあぶら	カリフラワー ブロッコリー	コンソメ		
4	木	○	ごはん					ごはん			595		
			ぎゅうにゅう				○	ぎゅうにゅう					
			だいこんとさといものみそしる					あぶらあげ みそ	さといも	だいこん ねぎ			
			なまあげのカレーいため しそあじひじき				○	ぶたにく なまあげ だいずミート ひじき	さとう サラダあぶら	たまねぎ にんじん ピーマン にんにく			しょうゆ
5	金	○	ごはん					ごはん			618	にくしゅうまい : ひとり2こ	
			ぎゅうにゅう				○	ぎゅうにゅう					
			スワンラータン				○	ぶたにく とうふ たまご	でんぷん ごまあぶら ラー油	にんじん ねぎ			ちゅうかスープのもと しょうゆ
			にくしゅうまい ほうれんそうのナムル				○	ぶたにく	こむぎこ ごま サラダあぶら ナムルドレッシング	たまねぎ ほうれんそう もやし あかピーマン にんにく			
8	月	○	ごはん					ごはん			609		
			ぎゅうにゅう				○	ぎゅうにゅう					
			なつやさしいりひつつみ				○	とりにく	ひつつみ じゃがいも	ごぼう にんじん さやいんげん なす ねぎ ほししいたけ			しょうゆ
			いわしうめおかかにか くきわかめのいためもの				○	いわし かつおぶし くきわかめ さつまあげ	サラダあぶら さとう	うめ こんにやく にんじん			しょうゆ
9	火	○	ちゅうかそば				○	ちゅうかめん			639	ミニトマト : ひとり2こ	
			じゃじゃめん				○	ぶたにく みそ	ラー油 さとう でんぷん	ねぎ しょうが			ちゅうかスープのもと
			ぎゅうにゅう				○	ぎゅうにゅう					
			こうやどうふのごもくに ミニトマト				○	こうやどうふ とりにく	さとう サラダあぶら	ごぼう にんじん ほししいたけ さやいんげん しょうが ミニトマト			しょうゆ
10	水		ごはん					ごはん			688		
			ぎゅうにゅう				○	ぎゅうにゅう					
			ビーンズカレー				○	ぶたにく だいず ひよこめ スキムミルク あかいんげんまめ あおえんどうまめ	じゃがいも サラダあぶら	たまねぎ にんじん			カレールウ ホワイトルウ
			あんにんフルーツ ふくじんづけ				○		あんにんどうふ	パイン もも だいこん なす れんこん			
11	木	○	ごはん					ごはん			592		
			ぎゅうにゅう				○	ぎゅうにゅう					
			やさいつみれいりすましじる				○	すけとうだら なんと	マロニー	キャベツ ねぎ はくさい ほうれんそう ほししいたけ			しょうゆ
			こんさいとぶたにくのかんこくふうに だしまきたまご				○	ぶたにく みそ たまご	ごま さとう ごまあぶら	だいこん れんこん ごぼう にんじん ピーマン ほししいたけ ねぎ にんにく しょうが			しょうゆ
12	金	○	ごはん					ごはん			649		
			ぎゅうにゅう				○	ぎゅうにゅう					
			きりぼしだいこんのみそしる					あぶらあげ みそ	じゃがいも	きりぼしだいこん こまつな にんじん ねぎ			
			いかメンチカツ キャベツのポンずあえ				○	いか すけとうだら	パンこ なたねあぶら	たまねぎ キャベツ もやし にんじん			ポンずしょうゆ
16	火	○	ほそうどん				○	ほそうどん			580		
			たまごうどん				○	とりにく たまご かまぼこ		キャベツ にんじん ほししいたけ ねぎ			しょうゆ
			ぎゅうにゅう				○	ぎゅうにゅう					
			しろはなまめコロケ ごぼうのごまみそいため				○	しろはなまめ みそ	パンこ なたねあぶら ごま さとう サラダあぶら	ごぼう にんじん ピーマン			しょうゆ

7・8月 分献立のお知らせ

(基本食)



献立のお知らせは八戸市のホームページでもご覧いただけます。

アクセスはこちらから⇒⇒

検索



◎アレルギー表示の見方について



- ①そば・落花生・かに・くるみは使用していません。
- ②料理ごとに使用しているアレルゲン物質に○印をつけています。
- ③主食(ごはん、パン、めん)は、卵・乳・小麦・そばを扱うところで製造しているため、微量の混入の可能性(コンタミネーション)があります。

2024年度

小学校

八戸市教育委員会 東地区給食センター Tel : 0178 (33) 7681

日	曜日	はし持参日	献立名	アレルギー表示				使用するおもな食品とからだの中でのほたらき				エネルギー(kcal)	備考
				卵	乳	小麦	えび	おもに体を作る たんぱく質、無機質を多く含む	おもにエネルギーのもとになる 炭水化物、脂質を多く含む	おもに体の調子を整える カロテン、ビタミンCを多く含む	その他		
17	水		くろコッペパン		○	○			くろコッペパン			638	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			やさいスープ			○		ベーコン	じゃがいも	たまねぎ にんじん はくさい	しょうゆ		
			とうふハンバーグ			○		とうふ とりにく		たまねぎ			
			ほうれんそうとコーンのソテー						サラダあぶら	ほうれんそう カリフラワー コーン			
18	木	○	ごはん					ごはん			634	こもちししゃもからあげ : ひとり2び 	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			キャベツとえのきたけのみそしる					こうやどうふ あぶらあげ みそ		キャベツ にんじん えのきたけ			
			こもちししゃもからあげ	○		○		こもちししゃも	こむぎこ なたねあぶら				
			ひじきとえだまめのにも	○		○		ひじき ちくわ	サラダあぶら さとう	こんにやく えだまめ			しょうゆ
19	金	○	ごはん					ごはん			588	にくだんご : ひとり2こ 毎月19日は、 食育の日です。	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			ちゅうかあんかけどうふ			○		ぶたにく いか とうふ	サラダあぶら でんぷん	はくさい たけのこ にんじん しょうが ねぎ さやいんげん きくらげ			ちゅうかうまにのもと ちゅうかスープのもと しょうゆ
			いろどりやさいのにくだんご			○		とりにく	パンこ	ごぼう ねぎ			
			ブロッコリーのごまあえ			○			ごま	ブロッコリー にんじん			ごまあえのもと
22	月	○	ごはん					ごはん			628		
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			ささげのみそしる					みそ	じゃがいも	さやいんげん たまねぎ			
			やさしいため			○		ぶたにく なまあげ	サラダあぶら	キャベツ もやし にんじん ピーマン あかピーマン			しおラーメンスープ
			にしんてりに			○		にしん					
23	火	○	ひやしちゅうかそば			○			ひやしちゅうかめん			625	「麻婆なす」は、 新しい料理です。
			ひやしちゅうか(ぐ)					わかめ		きゅうり もやし にんじん			
			ひやしちゅうかスープ			○					ひやしちゅうかスープ		
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			はるまき			○		とりにく	こむぎこ なたねあぶら	キャベツ にんじん			
			マーボーなす			○		ぶたにく だいたみ	サラダあぶら	なす たまねぎ ピーマン	マーボーやさいソース しょうゆ		
24	水	○	ごはん					ごはん			607		
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			にしめ			○		こうやどうふ あぶらあげ こんぶ	じゃがいも さとう	ごぼう にんじん こんにやく ほししいたけ ふき わらび			しょうゆ
			ほうれんそういりあつやきたまご	○			たまご			ほうれんそう			
			きゅうりもみ						さとう	きゅうり			
			いそふりかけ	○		○		かつおぶし のり	ごま				
25	木	○	ごはん					ごはん			612		
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			ほたてとやさいのだしかつみそしる					ほたて とうふ みそ		にんじん ごぼう えのきたけ さやえんどう			
			しのだに	○		○		あぶらあげ すけとうだら たまご		にんじん			
			れんこんとつきこんにやくのきんぴら	○		○		ちくわ	ごま サラダあぶら さとう	れんこん にんじん こんにやく			しょうゆ
26	金	○	ごはん					ごはん			592	さわらさいきょうやきは、 ほねにきをつけてたべましょう。	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			オクラのすましじる			○		とりにく とうふ なんと	マロニー	オクラ にんじん みつば ほししいたけ			しょうゆ
			さわらさいきょうやき					さわら みそ					
			こまつなとさつまあげのいためもの			○		さつまあげ	ごま サラダあぶら さとう	こまつな もやし にんじん			しょうゆ
8月	29	木	ごはん					ごはん			646	8月の 献立です ドレッシング : クラス1ぼん	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			なつやさいのカレー			○	○	とりにく スキムミルク なまクリーム	サラダあぶら	たまねぎ にんじん かぼちゃ なす にんにく しょうが トマト チャツネ			カレールウ ホワイトルウ
			オムレツ	○				たまご					
			かいそうサラダ					わかめ		もやし きゅうり			
30	金	○	ごはん					ごはん			585		
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			とんじる			○		ぶたにく とうふ みそ	じゃがいも いたふ	ごぼう キャベツ にんじん たまごたけ ねぎ			
			いわしさんぺいに			○		いわし					さけかす
			さやいんげんのあぶらいため			○		さつまあげ	ごま サラダあぶら さとう	さやいんげんこんにやく にんじん			しょうゆ

※栄養量は、月平均で計算し、八戸市学校給食摂取基準に近い値になるよう考慮した献立を作成しています。

月平均摂取量	624
八戸市摂取基準	650

◎7・8月分の青森県産品は、パン、めん、牛乳、ぶた肉、卵、さやいんげん、ミニトマト、にんじん、ピーマン、キャベツ、きゅうり、ごぼう、大根、ねぎ、みつば、わらび、にんにく、ふき、ほたて、大豆ミート、青森県産野菜だし入りつみれ、いかメンチカツ、彩り野菜の肉団子、ミニりんごゼリーです。米は八戸産です。(天候により変更になることがあります。)

◎食材産地は、八戸市のホームページで公表しています。

◎加工食品は、使用する主な原材料を載せています。