

# 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 北地区給食センター Tel : 0178(28)1711

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のはたらき				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			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 ジャがいも	ごぼう にんじん さやいんげん なす ねぎ	しょうゆ		
			いわしうめおかかにかきわかめのいためもの			○		いわし かつおぶし		うめ			
2	火	○	ごはん						ごはん			619	にくしゅうまい : ひとり2こ
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			スワンラタン		○	○		ぶたにく とうふ たまご	ラーゆ でんぷん ごまあぶら	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			○		ぶたにく	こむぎこ	たまねぎ			
3	水	○	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			○		ぶたにく なまあげ だいちミート	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		
4	木	○	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 なた		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		○	○		ちくわ	さとう	ふき こんにやく にんじん	しょうゆ		
5	金	○	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 だいち	マカロニ ジャがいも さとう	にんじん たまねぎ かんぴょう だいこん トマト にんにく			
			チキンピカタ		○	○		とりにく たまご チーズ	こむぎこ				
8	月	○	ごはん						ごはん			588	にくだんご : ひとり2こ
			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		
			いそどりやさいのにくだんご ブロッコリーのごまあえ			○		とりにく	パンこ	ごぼう ねぎ			
9	火	○	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 なた	マロニー	オクラ にんじん みつば	しょうゆ		
			さわらさいきょうやき					さわら みそ		ほししいたけ			
			こまつなとさつまあげのいためもの カシューナッツ			○		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		
10	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			
11	木	○	ひやしちゅうかそば			○			ひやしちゅうかめん			625	
			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			
12	金	○	マーボーなす			○		ぶたにく だいちミート	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	688	「麻婆なす」は、新しい料理です。
			ごはん						ごはん				
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			ビーンズカレー			○	○	ぶたにく だいち ひよこまめ あかいんげんまめ あおえんどうまめ スキムミルク	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			○			あんにんどうふ	パイン もも			
16	火	○	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もの		○	○		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					

「麻婆なす」は、新しい料理です。

「ビーンズカレー」は、新しい料理です。



# 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 北地区給食センター Tel : 0178(28)1711

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のはたらき				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	○	ごはん ぎゅうにゅう ささげのみそしる やさしいため にしんてりに		○			ぎゅうにゅう みそ ぶたにく なまあげ にしん	ごはん じゃがいも サラダあぶら	さやいんげん たまねぎ 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	628	
18	木	○	ほそうどん たまごうどん ぎゅうにゅう しろはなまめコロッケ ごぼうのごまみそいため			○	○	とりにく たまご かまぼこ ぎゅうにゅう しろはなまめ みそ	ほそうどん パンこ なたねあぶら ごま さとう サラダあぶら	キャベツ にんじん ほししいたけ ねぎ	しょうゆ	581	
19	金		くるコッペパン ぎゅうにゅう やさいスープ とうふハンバーグ ほうれんそうとコーンのソテー		○	○		ぎゅうにゅう ベーコン とうふ とりにく	くるコッペパン じゃがいも	たまねぎ にんじん はくさい たまねぎ ほうれんそう カリフラワー コーン	しょうゆ	638	毎月19日は食育の日です。
22	月	○	ごはん ぎゅうにゅう きりぼしだいこんのみそしる いかメンチカツ キャベツのポンずあえ		○			ぎゅうにゅう あぶらあげ みそ いか すけとうだら	ごはん じゃがいも パンこ なたねあぶら	きりぼしだいこん こまつな にんじん ねぎ たまねぎ	キャベツ もやし にんじん ポンずしょうゆ	649	
23	火	○	ごはん ぎゅうにゅう やさいつみれいりすましじる こんさいとぶたにくのかんこくふうに だしまきたまご		○		○	ぎゅうにゅう すけとうだら なんと ぶたにく みそ たまご	ごはん 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 だいこん れんこん ごぼう にんじん ピーマン しょうが ほししいたけ ねぎ にんにく	しょうゆ	592	
24	水	○	ごはん ぎゅうにゅう どさんこじる さばみぞれに わかめときゅうりのすのもの		○	○		ぎゅうにゅう ぶたにく みそ さば わかめ	ごはん じゃがいも バター さとう	もやし にんじん たまねぎ コーン ねぎ にんにく しょうが だいこん きゅうり	みそラーメンのもと ちゅうかスープのもと	633	「どさんこ汁」は、北海道の郷土料理です。
25	木	○	ちゅうかそば じゃじゃめん ぎゅうにゅう こうやどうふのごもくに ミニトマト			○	○	ぶたにく みそ ぎゅうにゅう こうやどうふ とりにく	ちゅうかめん ラード さとう でんぷん さとう サラダあぶら	ねぎ しょうが ごぼう にんじん しょうが ほししいたけ さやいんげん ミニトマト	ちゅうかスープのもと ちゅうかスープのもと しょうゆ	639	ミニトマト : ひとり2こ
26	金	○	ごはん ぎゅうにゅう ほたてとやさいのだしかつみそしる しのだに れんこんとつきこんにやくのきんぴら ミニりんごゼリー		○	○	○	ぎゅうにゅう ほたて とうふ みそ あぶらあげ すけとうだら たまご ちくわ	ごはん ごま サラダあぶら さとう	にんじん ごぼう えのきたけ さやえんどう にんじん れんこん にんじん こんにやく	しょうゆ	612	
8月29	木	○	ちゅうぼそうどん しおだしとんじるうどん ぎゅうにゅう おからのものコロッケ さやいんげんのじゃこいため			○	○	ぶたにく とうふ あぶらあげ ぎゅうにゅう おから ひじき いわし	ちゅうぼそうどん サラダあぶら じゃがいも パンこ なたねあぶら ごま サラダあぶら ごまあぶら さとう	ごぼう キャベツ にんじん たまごたけ ねぎ しょうが さやいんげん こんにやく にんじん	とりがらスープの素 しょうゆ	586	8月の献立です
30	金		こめこパン ぎゅうにゅう なつやさいのカレーシチュー オムレツ かいそうサラダ あおじそドレッシング		○	○		ぎゅうにゅう とりにく スキムミルク なまクリーム たまご わかめ	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	カレールー ホワイトルー あおじそドレッシング	665	ドレッシング : クラス1ぼん 

※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	625
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。