



9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		
2	月	○	ごはん						ごはん			633	にくしゅうまい : ひとり2こ
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			チゲ					ぶたにく とうふ みそ	マロニー さとう	はくさい なら えのきたけ ほししいたけ ねぎ にんにく			
			にくしゅうまい			○		ぶたにく	こむぎこ	たまねぎ			
			ほうれんそうとツナのにびたし			○		ツナ		ほうれんそう もやし にんじん	めんつゆ しょうゆ		
3	火	○	ごはん						ごはん			667	1日は防災の日
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			ほうれんそうときのこのスープ	○		○		たまご	でんぶん	ほうれんそう ぶなしめじ にんじん たまねぎ	しょうゆ		
			はるまき			○		ぶたにく	こむぎこ なたねあぶら	キャベツ にんじん			
			きりほしだいこんのオイスターソースいため			○		ぶたにく	サラダあぶら ごまあぶら	きりほしだいこん もやし にんじん ピーマン	オイスターソース しょうゆ		
4	水	○	ごはん						ごはん			605	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			こまつなとあぶらあげのみそしる					とうふ あぶらあげ みそ	じゃがいも	こまつな にんじん			
			ちくぜんに			○		とりにく	さとう サラダあぶら	ごぼう にんじん こんにやく れんこん さやいんげん ほししいたけ	しょうゆ		
			しそあじひじき			○		ひじき		しそ			
5	木	○	ちゅうかさば			○			ちゅうかめん			692	ドレッシング : クラス1ぽん
			みそラーメン			○		ぶたにく みそ	ごま サラダあぶら	キャベツ もやし ねぎ にんじん なら しょうが にんにく	みそラーメンのもと		
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			かぼちゃコロッケ			○			パンこ なたねあぶら	かぼちゃ			
			カラフルサラダ							カリフラワー えだまめ コーン あかピーマン			
6	金		こめこパン		○	○			こめこパン			623	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			チンゲンサイスープ			○		ぶたにく	マロニー	チンゲンサイ はくさい にんじん ほししいたけ しょうが	ちゅうかスープのもと しょうゆ		
			とうふハンバーグ			○		とうふ とりにく		たまねぎ			
			なつやすみのアラビアータ			○		ベーコン	フィジリ サラダあぶら	なす たまねぎ ピーマン トマト にんにく	デミグラスソース		
9	月	○	ごはん						ごはん			632	あじフライは、ほねにきをつけてたべましよう。
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			ひつつみ			○		とりにく	ひつつみ じゃがいも	ごぼう にんじん ほししいたけ ねぎ	しょうゆ		
			あじフライ			○		あじ	パンこ こむぎこ なたねあぶら				
			くきわかめのいためもの			○		くきわかめ さつまあげ	サラダあぶら さとう	こんにやく にんじん	しょうゆ		
10	火	○	ごはん						ごはん			638	お月見 献立
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			いものこじる			○		ぶたにく	さといも さとう	だいこん こんにやく ごぼう にんじん ねぎ ぶなしめじ	しょうゆ		
			だしまきたまご	○				たまご					
			さやいんげんのいためもの			○			ごま サラダあぶら さとう	さやいんげん もやし にんじん	しょうゆ		
11	水	○	ごはん						ごはん			621	
			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					あぶらあげ みそ	じゃがいも	キャベツ えのきたけ			
			にんじんのこあえ			○		たらこ こうやどうふ	さとう	にんじん こんにやく ねぎ	しょうゆ		
			にしんてりに			○		にしん					
12	木		スパゲッティ			○			スパゲッティ			657	ミニトマト : ひとり2こ
			スープスパゲッティ		○	○		ベーコン いか なまクリーム スキムミルク	サラダあぶら	たまねぎ にんじん パセリ ぶなしめじ	クリームポタージュ ベシャメルソース		
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			ブロッコリーのソテー					ツナ	サラダあぶら	ブロッコリー きピーマン あかピーマン			
			ミニトマト							ミニトマト			
13	金	○	ごはん						ごはん			623	16日は敬老の日
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			かねんしゅい			○		なまあげ	さつまいも じゃがいも	だいこん にんじん たもぎたけ ねぎ	しょうゆ		
			いわしごまみそに					いわし みそ	ごま				
			ふきのいためもの			○		さつまあげ	サラダあぶら さとう	ふき にんじん こんにやく	しょうゆ		

「夏野菜のアラビアータ」は、新しい料理です。

「にんじんの子とえ」は、新しい料理です。

「かねんしゅい」は、宮崎県の郷土料理です。



9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	火	○	ごはん ぎゅうにゅう なめこととうふのみそしる もちししやもからあげ やさいのあまずあえ		○			ごはん ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ みそ もちししやも	ごはん こむぎこ なたねあぶら	なめこ たまねぎ ねぎ キャベツ きゅうり もやし	637	もちししやもからあげ :ひとり2び	
18	水	○	ごはん ぎゅうにゅう にらとうふじる さばのみそに もやしとちくわのいためもの			○		ごはん ぎゅうにゅう とりにく とうふ さば みそ ちくわ	ごはん サラダあぶら さとう	たまねぎ にら ほししいたけ もやし ピーマン にんじん	しょうゆ しょうゆ	629	
19	木	○	ちゅうかさそば じゃじゃめん ぎゅうにゅう やさいのうまに パインかん			○		ちゅうかめん ぶたにく みそ ぎゅうにゅう こうやとうふ さつまあげ	ちゅうかめん ラード さとう でんぶん じゃがいも さとう	ねぎ しょうが にんじん さやいんげん だいこん パイン	ちゅうかさスープのもと しょうゆ	661	毎月19日は、 食育の日です。
20	金		コッペパン いちごジャム ぎゅうにゅう ポトフ ミートソースいりオムレツ ビーンズサラダ フレンチドレッシング		○	○		コッペパン いちごジャム ぎゅうにゅう ウインナー たまご かまぼこ ひよこまめ あかいんげんまめ あおえんどうまめ	コッペパン いちごジャム じゃがいも	だいこん たまねぎ にんじん パセリ ピーマン たまねぎ アスパラガス カリフラワー	602	ドレッシング :クラス1ぽん	
24	火	○	ごはん ぎゅうにゅう はくさいとじゃがいものみそしる いわしうめおかか えだまめとこんにやくのしらあえ		○			ごはん ぎゅうにゅう あぶらあげ みそ いわし かつおぶし	ごはん じゃがいも	はくさい にんじん たまねぎ うめ えだまめ こんにやく にんじん	しらあえのもと しょうゆ	601	
25	水	○	ごはん ぎゅうにゅう スタミナとんじる しのだに だいこんのそぼろに りんご		○			ごはん ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ あぶらあげ すけとうだら たまご とりにく だいちミート	ごはん じゃがいも いたふ	ごぼう にんじん キャベツ ねぎ こんにやく にんにく にんじん	しょうゆ	652	
26	木	○	ちゅうぼそうどん きのこあんかけうどん ぎゅうにゅう コーンフライ ブロッコリーのごまあえ キャンディチーズ			○		ちゅうぼそうどん とりにく かまぼこ あぶらあげ ぎゅうにゅう	ちゅうぼそうどん でんぶん こむぎこ パンこ なたねあぶら ごま	はくさい ほししいたけ ぶなしめじ たもぎたけ にんじん ねぎ コーン ブロッコリー にんじん	ごまあえのもと	602	キャンディチーズ :ひとり2こ
27	金	○	ごはん ぎゅうにゅう ほたてとけんさんやさいつみれのすまし汁 ピピンバ いそはなたまごまき		○			ごはん ぎゅうにゅう ほたて すけとうだら わかめ ぶたにく たまご あおのり	ごはん ごま さとう サラダあぶら ごまあぶら にんじん	キャベツ ねぎ かぶ ほししいたけ ほうれんそう もやし にんじん にんにく にんじん	しょうゆ やきにくのたれ しょうゆ	572	
30	月		ごはん ぎゅうにゅう キーマカレー ゼリーいりフルーツポンチ ふくじんづけ		○	○		ごはん ぎゅうにゅう ぶたにく だいちミート だいち スキムミルク	ごはん じゃがいも サラダあぶら りんごゼリー	たまねぎ にんじん ピーマン えだまめ もも パイン だいこん なす れんこん	カレールー ホワイトルー	699	
											月平均摂取量	634	
											八戸市摂取基準	650	

※ 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。

◎ごはんともん類の献立のときは、「はし」を家庭から持参させてください。

◎9月分の青森県産品は、パン、めん、牛乳、ぶた肉、卵、じゃがいも、ミニトマト、にんじん、パセリ、ピーマン、かぶ、キャベツ、きゅうり、ごぼう、大根、なす、ねぎ、なめこ、大豆ミート、アスパラガス、にんにく、ふき、りんご、ほたて、県産野菜つみれ、いわし梅おかか煮、県産米粉の月見だんごです。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。



「ほたてと県産野菜つみれのすまし汁」は、新しい料理です。