

7・8月 分献立のお知らせ

(基本食)

◎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。



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



2025年度

小学校

Bブロック 八戸市教育委員会 西地区給食センター Tel : 0178(32)7890

日	曜日	はし持参日	献立名	アレルギー表示				使用の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	火	○	ごはん						ごはん			587	ほっけしおやきは、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					
			わかめとじゃがいものみそしる					わかめ みそ	じゃがいも	にんじん ねぎ			
			ほっけしおやき					ほっけ					
2	水	○	なまあげのカレーいため			○		ぶたにく だいちミート だいち なまあげ	さとう サラダあぶら	たまねぎ ピーマン にんにく	しょうゆ	702	
			さんしょくそうめん(めん)			○			さんしょくそうめん				
			さんしょくそうめん			○		とりにく かまぼこ		ほししいたけ にんじん ねぎ	しょうゆ		
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			ほしがたコロッケ			○		とりにく	じゃがいも パンこ なたねあぶら	たまねぎ			
			こまつなアーモンドあえ			○			アーモンド さとう	こまつな もやし にんじん	しょうゆ		
3	木	○	たなばたタルト						たなばたタルト			585	
			ごはん						ごはん				
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			ほうれんそうのみそしる			○		みそ	いたふ	ほうれんそう にんじん ねぎ			
			やながわもどき	○		○		ぶたにく こうやどうふ たまご	さとう サラダあぶら	ごぼう たまねぎ こんにやく	しょうゆ		
4	金	○	キャベツのからしあえ	○		○		ちくわ	さとう	キャベツ もやし きゅうり にんじん	しょうゆ	588	コーンしゅうまい : ひとり2こ 「なすのあまみそいため」はあたらしいりょうりです。
			ごはん						ごはん				
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			ちゅうかスープ			○		ベーコン とうふ	でんぷん ごまあぶら	にんじん はくさい ねぎ ほししいたけ	ちゅうかスープのもと しょうゆ		
			コーンしゅうまい			○		ぶたにく	こむぎこ	たまねぎ コーン			
7	月	○	なすのあまみそいため			○		ぶたにく だいちミート だいち みそ	はるさめ さとう でんぷん サラダあぶら	なす たまねぎ ピーマン あかピーマン	しょうゆ ちゅうかスープのもと	592	とりがらスープのもと
			ごはん						ごはん				
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
			しおとんじる			○	○	ぶたにく とうふ	じゃがいも サラダあぶら ごまあぶら	キャベツ ごぼう にんじん ねぎ しょうが			
8	火	○	いわしのみそに					いわし みそ				620	しょうゆ
			ひじきとえだまめのにも	○		○		ひじき ちくわ あぶらあげ	さとう サラダあぶら	えだまめ こんにやく にんじん			
			ごはん						ごはん				
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
9	水	○	にらとたまごのみそしる	○				たまご みそ		にら えのきたけ		585	しおラーメンスープのもと ちゅうかスープのもと
			だいずミートはるまき			○		だいずミート	こむぎこ なたねあぶら	キャベツ			
			キムチいため			○		ぶたにく なまあげ	はるさめ サラダあぶら	もやし にんじん たまねぎ キムチ	しょうゆ		
			ちゅうかそば			○			ちゅうかめん				
			かいそうラーメン			○		わかめ めかぶ こんぶ いか なんと		キャベツ しなちく ねぎ			
10	木	○	ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう				624	
			ほうれんそうまんじゅう			○		ぶたにく	こむぎこ	キャベツ ほうれんそう			
			もやしとツナのごまだれサラダ					ツナ	ごま ごまドレッシング	もやし にんじん きゅうり コーン			
			ごはん						ごはん				
			ジョア(ストロベリー)		○			ジョア(ストロベリー)					
11	金	○	ポークカレー		○	○		ぶたにく 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	605	いろいろやさいのにくだんご : ひとり2こ
			コーンサラダ					だいず	コーンクリーミードレッシング	キャベツ きゅうり きピーマン コーン			
			ふくじんづけ			○				だいこん なす れんこん			
			コッペパン		○	○			コッペパン				
			チョコクリーム		○				チョコクリーム				
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					
14	月	○	やさいスープ			○			じゃがいも	はくさい にんじん こまつな えのきたけ	コンソメ しょうゆ	602	きりぼしだいこん もやし ほうれんそう にんじん にんにく
			いろいろやさいのにくだんご			○		とりにく	パンこ	ごぼう ねぎ			
			おまめのチリコンカン			○		ひよこまめ だいず あかいはんげんまめ あおえんどうまめ ウィナー だいちミート	サラダあぶら さとう	たまねぎ にんにく トマト パセリ	コンソメ		
			ごはん						ごはん				
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう					

7・8月 分献立のお知らせ

(基本食)

◎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。



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



2025年度

小学校

Bブロック 八戸市教育委員会 西地区給食センター Tel : 0178(32)7890

日	曜日	はし持参日	献立名	アレルギー表示				使用の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			
15	火	○	ごはん						ごはん			613		
			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 ほししいたけ ねぎ	しょうゆ			
			あじカツ			○		あじ	パンこ なたねあぶら	たまねぎ				
			きゅうりともやしのうめあえ					ツナ		もやし きゅうり うめ				
16	水	○	きしめん(めん)			○		きしめん				582		
			けんちんきしめん			○		とりにく あぶらあげ	さといも	ごぼう にんじん ねぎ	しょうゆ			
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう						
			ポテトのオープンやき	○	○	○			じゃがいも パンこ	トマト				
			ブロッコリーのおかかマヨあえ			○		かつおぶし	ごま マヨネーズタイプドレッシング	ブロッコリー キャベツ にんじん	しょうゆ			
17	木	○	ごはん					ごはん				604		
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう						
			はくさいとたまねぎのみそしる					あぶらあげ みそ		はくさい たまねぎ				
			とうふハンバーグ			○		とうふ とりにく		たまねぎ				
			ごもくきんぴら			○		ぶたにく	ごま さとう ごまあぶら	ごぼう にんじん こんにやく	しょうゆ			
18	金	○	ごはん					ごはん				619	毎月19日は食育の日です。	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう						
			こまつなととうふのみそしる					とうふ みそ		こまつな にんじん ねぎ				
			いわしのうめに			○		いわし		うめ				
			にくじゃが			○		ぶたにく	じゃがいも さとう	にんじん たまねぎ こんにやく さやいんげん	しょうゆ			
22	火	○	ごはん					ごはん				587		
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう						
			にしめ			○		やきどうふ あぶらあげ	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			
			にしんみそに					にしん みそ						
			きゅうりもみ						さとう	きゅうり				
23	水	○	ひやしちゅうかそば			○			ひやしちゅうかめん			636	冷やし中華の具は、仕切り皿に盛りつけ、食べるときに麺にのせて食べましょう。	
			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						
			ポテトコロッケ			○			じゃがいも パンこ なたねあぶら	たまねぎ				
			ひやしちゅうか(ぐ)	○	○	○		とりにく たまご わかめ	ごま	きゅうり もやし	ひやしちゅうかスープ			
24	木	○	ごはん					ごはん				598	さばしおやきは、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						
			わかめととうふのみそしる					わかめ とうふ みそ		ねぎ				
			さばしおやき					さば						
			だいずととりにくのあまからに	○		○		だいず とりにく うずらたまご	じゃがいも サラダあぶら さとう	しょうが にんじん ごぼう さやいんげん	しょうゆ			
25	金		ナン			○		ナン				649	ナンは一口大にちぎって、カレーをつけながら食べましょう。	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう						
			なつやさいのカレーシチュー			○	○	ぶたにく 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 さやいんげん 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			
			オムレツ		○			たまご						
			キャベツのソテー					ベーコン だいず	サラダあぶら	キャベツ にんじん あかピーマン コーン				
29	金		ごはん					ごはん				643	8月の献立です	
			ぎゅうにゅう		○			ぎゅうにゅう						
			なつやさいのカレー			○	○	ぶたにく 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	カレールー ホワイトルー			
			ビーンズソテー					だいず	サラダあぶら	えだまめ キャベツ				
			ミニトマト							ミニトマト				

※ 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。

◎7・8月分の青森県産品は、パン、めん、牛乳、ぶた肉、とり肉、さやいんげん、にんじん、ピーマン、キャベツ、きゅうり、

ごぼう、ねぎ、なす、はくさい、ミニトマト、わらび、ふき、にんにく、梅、大豆ミート、切り干し大根、さば塩焼き、にしんみそ煮、彩り野菜の肉団子、コーンしゅうまい、大豆ミート春巻、県産厚焼き卵です。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。

夏野菜を食べて、暑い夏を乗り切ろう

夏の日差しをたっぷり浴びて育った野菜は、色鮮やかでみずみずしく、暑くて食欲が落ちやすい夏にとりたいた栄養素を豊富に含みます。季節を感じながら積極的に食べましょう。

