



令和8年8月分 学校給食献立表



※よくかんで食べましょう。

新下関学校給食センター

日	献立名	牛乳	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		小学校	中学校
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
			肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海そう	色のこい野菜	その他の野菜・果物	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂類・種実類		
(季節の料理)ゴーヤチャンプルは沖縄県の料理です。ゴーヤは「にがうり」のことで、古くから沖縄県で食べられてきた野菜です。										
25 火	ごはん	○					ごはん		568 kcal	716 kcal
	沖縄そば汁		豚肉,かまぼこ		にんじん,ねぎ	たまねぎ	沖縄そば,砂糖		23.8 g	28.6 g
	ゴーヤキムチチャンプル		豆腐,まぐろ油漬け			白菜キムチ,もやし にがうり		サラダ油	3.0 g	3.7 g
26 水	パン	○					パン		608 kcal	751 kcal
	夏野菜のカレー煮		鶏肉		トマト,にんじん ピーマン	たまねぎ,なす	じゃがいも,砂糖	サラダ油	22.7 g	27.3 g
	フルーツ白玉					パインアップル 県産ぼんかん,もも	白玉もち,砂糖		1.6 g	2.1 g
27 木	ごはん	○					ごはん		580 kcal	722 kcal
	魚そうめん汁		お魚パスタ	わかめ	にんじん,ねぎ	たまねぎ,えのきたけ			22.2 g	26.4 g
	なすと豚肉の豆板醤炒め		豚肉,生揚げ,赤みそ		ピーマン	なす,たまねぎ,にんにく	砂糖,でんぶん	サラダ油	1.7 g	2.0 g
	オレンジゼリー						オレンジゼリー			
(地場産給食)「なし」はこの時期に旬を迎える果物です。下関市でとれたものを使用します。										
28 金	ごはん	○					ごはん		730 kcal	789 kcal
	ポークハヤシライス		豚肉,白いんげん豆	牛乳	にんじん	たまねぎ,グリーンピース エリンギ		サラダ油	25.1 g	27.9 g
	ほうれん草のソテー		ベーコン		ほうれんそう	キャベツ,スイートコーン		サラダ油	2.1 g	2.5 g
	なし(中学校、勝山小のみ)					なし				
31 月	ごはん	○					ごはん		581 kcal	734 kcal
	ビリ辛肉じゃが		豚肉,ちくわ,生揚げ		にんじん さやいんげん	たまねぎ,にんにく	じゃがいも,砂糖	ごま,ごま油	22.5 g	27.2 g
	野菜のおかかあえ		かつおぶし		ピーマン,にんじん	キャベツ	砂糖		2.3 g	2.6 g
	ふりかけ(しそ)									

★学校給食の山口県産食材の利用については、「学校給食県産食材利用拡大事業」により、JA山口グループ、水産関係団体、山口県などから一部助成を受けています。

★仕入れの都合により、材料・献立が急きょ変更になる場合があります。ご了承ください。

★給食の実施日については、各学校で異なりますのでご注意ください。

★しらす干しやちりめん、海そう類には、エビやカニ等が混入する場合があります。アレルギーのある方はご注意ください。

★揚げ油は、数回使用します。(他の日と使い回しています)