



令和8年

8・9月給食こんだてよていひょう

高山市学校給食ス々野センター

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
今月の目標 地域の食材のよさを 知ろう 今月のス々野産食材 ほうれんそう トマト たまねぎ なす	8/26 きなことファイ 牛乳 アイスcream フルーツ トマト まるごとひたのなつやさいカレー(むぎごはん) まるごと飛騨の日 エネルギー(kcal) 小 580 中 868 塩 分 (g) 小 1.9 中 2.3	8/27 ほうれんそうの ごまドレッシング 牛乳 さばの トウバンジャンやき えだまめと コーンの まぜごはん とりだんごじる 季節の味 えだまめ・とうもろこし エネルギー(kcal) 小 589 中 791 塩 分 (g) 小 2.4 中 3.0	8/28 パンサンスー 牛乳 むしシュウマイ (小2こ、中3こ) むぎごはん マーボーなす エネルギー(kcal) 小 567 中 784 塩 分 (g) 小 2.1 中 2.7	
8/31 きゅうりの なんばんづけ 牛乳 とりそぼろどんぐ むぎごはん ぶたじる エネルギー(kcal) 小 586 中 708 塩 分 (g) 小 2.0 中 2.5	1 こまつなサラダ 牛乳 チキンの ラタトゥイユソース コッペパン すくなかぼちゃの ポタージュ 岐阜を味わう日 夏野菜 エネルギー(kcal) 小 580 中 719 塩 分 (g) 小 2.5 中 3.2	2 ブロッコリーの おかかあえ 牛乳 いかてん やくみソース はつがげんまい ごはん しろみそじる エネルギー(kcal) 小 589 中 746 塩 分 (g) 小 2.2 中 2.7	3 はるまき (小1本、中2本) 牛乳 やさいたっぷり ひやしちゅうか フルーツ あんじん エネルギー(kcal) 小 567 中 764 塩 分 (g) 小 2.7 中 3.2	4 キャベツの うめかつおあえ 牛乳 ホキとこうやどうふの あけに むぎごはん なめこじる エネルギー(kcal) 小 586 中 740 塩 分 (g) 小 1.9 中 2.3
7 こざかな アーモンド 牛乳 ハヤシライス (むぎごはん) こんぶサラダ エネルギー(kcal) 小 627 中 803 塩 分 (g) 小 2.3 中 2.9	8 だいこんサラダ 牛乳 とりにくの バーベキューソース くろパン ABCスープ エネルギー(kcal) 小 599 中 766 塩 分 (g) 小 2.1 中 2.7	9 こんにゃくきんぴら 牛乳 さばの ごまだれやき わかめごはん とうがんじる 季節の味 とうがん エネルギー(kcal) 小 596 中 756 塩 分 (g) 小 2.9 中 3.5	10 メンチカツ 牛乳 ソフトめん ミートソース ダリーン サラダ エネルギー(kcal) 小 700 中 839 塩 分 (g) 小 2.2 中 2.7	11 ゴーヤチャンプルー 牛乳 ぶたにくの かりんあけ むぎごはん もずくスープ エネルギー(kcal) 小 608 中 772 塩 分 (g) 小 1.8 中 2.2
14 ほうれんそうの ごまドレッシング 牛乳 ぎふだもん ももゼリー ぶたにくの こうじみそやき むぎごはん ひだあきやさいの すましじる まるごと飛騨の日 エネルギー(kcal) 小 600 中 749 塩 分 (g) 小 1.6 中 1.9	15 ツナサラダ 牛乳 なし チキンカツ しょくパン ミネストローネ 季節の味 なし エネルギー(kcal) 小 576 中 745 塩 分 (g) 小 2.7 中 3.5	16 ひじきのにももの 牛乳 とりにくの からあげ にんじんじゃこ ごはん けんちんじる エネルギー(kcal) 小 668 中 841 塩 分 (g) 小 2.3 中 2.8	17 きりぼしだいこんの おひたし 牛乳 おにまん きのこごはん ためきじる 行事食 十五夜 エネルギー(kcal) 小 603 中 747 塩 分 (g) 小 2.4 中 2.9	18 ごぼうサラダ 牛乳 あじの なんばんづけ むぎごはん とうふの カレーじる エネルギー(kcal) 小 615 中 794 塩 分 (g) 小 1.8 中 2.2
21 敬老の日 エネルギー(kcal) 小 0 中 0 塩 分 (g) 小 0.0 中 0.0	22 国民の休日 エネルギー(kcal) 小 0 中 0 塩 分 (g) 小 0.0 中 0.0	23 秋分の日 エネルギー(kcal) 小 0 中 0 塩 分 (g) 小 0.0 中 0.0	24 いそかあえ 牛乳 いわしの しょうがに おつきみ だいふく きのこごはん ためきじる 行事食 十五夜 エネルギー(kcal) 小 681 中 828 塩 分 (g) 小 2.3 中 2.9	25 りんご 牛乳 チヂミ びびんバ (むぎごはん) わかめスープ エネルギー(kcal) 小 659 中 929 塩 分 (g) 小 2.3 中 3.0
28 しょうがあえ 牛乳 かぼちゃとなすの にくみそやき むぎごはん とうふじる エネルギー(kcal) 小 577 中 747 塩 分 (g) 小 1.9 中 2.4	29 まめサラダ 牛乳 とりにくの スパイスやき コッペパン グリーン スープ エネルギー(kcal) 小 615 中 788 塩 分 (g) 小 2.6 中 3.3	30 もやしのいちみあえ 牛乳 ししゃものいそべあけ (小2こ、中3こ) むぎごはん にくじゃが エネルギー(kcal) 小 637 中 833 塩 分 (g) 小 2.0 中 2.7	※高山市では学校給食費を無償化しています。 ※学校給食は「学校給食地産地消推進事業」により、県・市町村・JAグループの一部助成を受けています。 ※「岐阜を味わう日」は「学校給食県産農産物導入促進支援事業」により県の一部助成を受けています。 ※牛乳は毎日つきます。農林水産省の一部助成を受けています。 ※食材の購入等により献立が変更になることがあります。 ※学校給食の栄養量の基準 エネルギー：小学校650kcal 中学校830kcal	