

給食センターだより 8月

稚内市学校給食センター 令和 8年 7月発行（小学校向け）

8月は… おきなわけん 沖縄県 と ほっかいどう 北海道 のおいしさを味わお

8/28（金） おきなわけん いしがきし 沖縄県石垣市ゆかりのメニュー

わっかないし おきなわけん いしがきし さいほくたん さいなんたん し ゆうこう と し むす 稚内市と沖縄県石垣市は、最北端と最南端の市ということから、友好都市を結んでいます。

「もずくのすましじる」と「クーブイリチー」は、石垣市立学校給食センターのレシピをもとに再現しました。

また、石垣市にユーグレナに関する研究所があることから、栄養価の高い「ユーグレナふりかけ」も



8/31（月） ほっかいどう 北海道のソウルフード ジンギスカン

ぶんかちよう ちいき せだい こ う つ ねんづぶ しょくぶんか ねん 文化庁が地域で世代を超えて受け継がれてきた、100年続く食文化をまとめた「100年フード」にも登録

◎今月の献立から◎

- ・25日（火）ソースやきそばは、パンにはさんでたべましょう。
- ・26日（水）ねぎしおぶたどんは、ごはんのうえにぐをのせてたべましょう。

★マークは、稚内近郊や北海道でとれた食材を使用している印です。

今月は、きゃべつ・コーン・じゃがいも・ぶたにく・とりにく・ほっけ・みそ・牛乳 などがあります。

日	曜	こ ん だ て		おもなざいりょうとそのはたらき		
				ち にく 骨を つくる あかのなかま	からだの調子を ととのえる みどりのなかま	ねつ ちから もとなる さいろのなかま
24	月	★ごはん	★だいこんとわかめのみそしる たれいりにくだんご(2こ)	牛乳 わかめ あぶらあげ とりにく ぶたにく	だいこん たまねぎ えだまめ	ごはん じゃがいも あぶら
25	火	★せわり コッペパン	★シャンタンスープ チキンカツ	牛乳 くきわかめ とりにく ぶたにく	えのきたけ コーン きゃべつ もやし ピーマン	せわりコッペパン やきそば ごま あぶら
26	水	★ごはん	★とうふのすましじる ★ほっけのみりんやき ★ねぎしおぶたどん	牛乳 とうふ ほっけ ぶたにく	たけのこ にんじん もやし えのきたけ ねぎ	ごはん ごま あぶら
27	木	★牛 乳	★ごもくうどん ★とかちだいずコロッケ ★こまつなとコーンのいためもの かたぬきチーズ	牛乳 とりにく だいず チーズ	しいたけ ごぼう こまつな もやし コーン にんじん	うどん あぶら
28	金	★ごはん	もずくのすましじる ★クーブイリチー シークワーサーゼリー ユーグレナふりかけ	牛乳 もずく うおそうめん こんぶ ぶたにく	きりぼしだいこん いとこんにやく にんじん	ごはん あぶら
31	月	★ごはん	★ジンギスカン プレーンオムレツ ★いんげんのいためもの	牛乳 ラムにく とうふ たまご さけ	はくさい もやし いとこんにやく さいやいんげん	ごはん あぶら

8月平均栄養価 エネルギー592 キロカロリー たん白質 25.3g 脂質 19.0g 炭水化物 76.8g 食塩 2.3g
--

- ◆ 献立は、予告なしに変更になる場合がありますのでご了承下さい。 ◆
- ◆ 給食費の納入方法は、便利な口座振替をご利用下さい。 ◆