



# 8.9月予定献立表



令和7年度(2025年度)

日野市立日野第八小学校

日	こんだて	牛乳	赤の仲間 おもに体を作る もとなる	黄の仲間 おもにエネルギーの もとなる	緑の仲間 おもに体の調子を ととのえる	ひとくちメモ	エネルギー たんぱく質
27 水	ひやしきつねうどん キャラメルポテト	○	ぎゅうにゅう あぶらあげ	うどん, あぶら, さとう, さつまいも, あぶら, さと う, バター	ねぎ, にんじん, こまつな, キャベツ	8/29「野菜たっぷり メニュー」 8/31は831がヤサイと読め ることから「野菜の日」で す。 ひのっこベジ活ライスは、 野菜がたっぷりとれる料理 です。日野市で取り組んで いる「ベジ活350」につい て、ぜひ給食日よりをお読 みください。	648 kcal 18.7 g
28 木	ジャージャンドウドン こんにやくサラダ なし	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく, なまあげ, みそ	こめ, おおむぎ, あぶら さとう, ごまあぶら でんぷん	にんにく, しょうが, ねぎ たけのこ, ほししいたけ にんじん, チンゲンサイ キャベツ, きゅうり こんにやく, なし		595 kcal 24.2 g
29 金	ひのっこベジかつライス ゆでブロッコリー フルーツのヨーグルトあえ	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく だいたい, ヨーグルト	こめ, あぶら じゃがいも	にんにく, にんじん, たまねぎ なす, あかピーマン, れんこん しいたけ, しめじ, まいたけ トマト, ブロッコリー パイン, もも, りんご		549 kcal 21.9 g
1 月	たまごクッパ あつあげのチリソースかけ もやしときゅうりの からししょうゆ	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく たまご, なまあげ	こめ, おおむぎ, ごま でんぷん, あぶら さとう	しょうが, こまつな, にんじん たけのこ, もやし, しめじ ねぎ, にんにく, たまねぎ きゅうり		594 kcal 24.1 g
2 火	キムチチャーハン あぶらあげとやさいのナムル ちゅうかふうコーンスープ	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく あぶらあげ, とりにく たまご	こめ, ごまあぶら さとう, ごま, でんぷん	しょうが, にんじん, ねぎ はくさいキムチ, もやし きゅうり, たまねぎ, コーン チンゲンサイ		540 kcal 22.0 g
3 水	ごはん さばのカレーあげ もやしとチンゲンサイのおひたし とうがんとみそしる	○	ぎゅうにゅう, さば ぶたにく, あぶらあげ とうふ, みそ	こめ, でんぷん, あぶら ごま	しょうが, チンゲンサイ もやし, とうがん, こまつな	9/3 冬瓜のみそ汁 冬瓜は夏にとれる野菜で す。冬までとっておくこと ができるので、冬という文 字がついています。	590 kcal 26.7 g
4 木	はちみつレモントースト チリコンカン バジルサラダ	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく ベーコン, きんときまめ	しよくパン, はちみつ さとう, バター, あぶら こむぎこ	レモン, にんにく, たまねぎ にんじん, マッシュルーム トマト, キャベツ, きゅうり コーン		592 kcal 20.9 g
5 金	ひよこまめのカレーライス くきわかめとこまつなの しょうゆいため ミニトマト	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく ひよこまめ, チーズ くきわかめ	こめ, おおむぎ, あぶら じゃがいも, バター こむぎこ, ごまあぶら ごま	にんにく, しょうが たまねぎ, にんじん, りんご こんにやく, こまつな ミニトマト	9/9 重陽の節句 重陽の節句は、菊の節句と もいいます。そこでこの日 は、菊花入りおひたしを作 ります。	613 kcal 21.3 g
8 月	おろしぶたどん かまぼこいりすましじる きなこアーモンド	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく とうふ, かまぼこ きなこ	こめ, おおむぎ ごまあぶら, あぶら さとう, ごま アーモンド	にんにく, たまねぎ にんじん, こんにやく, ねぎ だいこん, しそ, えのきたけ ほうれんそう		640 kcal 27.0 g
9 火	ごはん さけのしおこうじやき きつかりおひたし さつまじる	○	ぎゅうにゅう, さけ ぶたにく, みそ	こめ, ごま, あぶら さつまいも	こまつな, もやし, キャベツ きくのはな, ごぼう, にんじん だいこん, こんにやく, ねぎ		529 kcal 27.1 g
10 水	コッペパン ひのさんりんごジャム ハンガリーシチュー コーンサラダ	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく	コッペパン, さとう じゃがいも, あぶら こむぎこ, バター	りんご, レモン, にんじん たまねぎ, ホールトマト パセリ, キャベツ, きゅうり コーン	9/10 日野産りんごジャム 日野市内では、りんごを栽 培している農園がありま す。とれたてのりんごを 使って、給食室でおいしい ジャムを作り、パンにはさ みます。	608 kcal 23.2 g
11 木	ごはん ひじきいりコロッケ ゆでキャベツ もやしのみそしる	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく ひじき, あぶらあげ わかめ, みそ	こめ, じゃがいも あぶら, こむぎこ パンこ	たまねぎ, キャベツ, パセリ もやし, ねぎ		593 kcal 21.9 g
12 金	ツナおろしスパゲティ カレードRESSINGサラダ トマトピューレいりケーキ	○	ぎゅうにゅう, ツナ やきのり, たまご ヨーグルト	スパゲティ, あぶら さとう, さとう こむぎこ, バター	だいこん, キャベツ きゅうり, にんじん, コーン たまねぎ		666 kcal 24.3 g
16 火	わかめごはん ししゃものいそべあげ かぶのレモンずあえ けんちんじる	○	ぎゅうにゅう, わかめ ししゃも, あおのり とりにく, とうふ	こめ, ごま, こむぎこ でんぷん, あぶら さとう, じゃがいも	かぶ, きゅうり, レモン ごぼう, にんじん, だいこん こんにやく, こまつな	9/17 シャインマスカット このぶどうも日野市内でと れた、甘くておいしい人気 の品種です!	542 kcal 19.1 g
17 水	マーボーどん はるさめサラダ ぶどう (シャインマスカット)	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく とうふ, みそ, ハム	こめ, おおむぎ, あぶら さとう, でんぷん ごまあぶら, はるさめ ごま	にんにく, しょうが にんじん, たけのこ ほししいたけ, ねぎ, なら きゅうり, もやし, ぶどう		590 kcal 25.8 g
18 木	ごはん おからいりわふうハンバーグ やさいのカレーソテー みそしる	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく とうふ, おから, たまご ぶたにく, わかめ, みそ	こめ, あぶら, パンこ さとう, でんぷん じゃがいも	たまねぎ, にんじん キャベツ, こまつな, ねぎ	9/18 おから入り和風ハン バーグ	611 kcal 26.6 g
19 金	こまつなチャーハン チキンチキンごぼう サイダーポンチ	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく ちりめんじゃこ とりにく	こめ, あぶら ごまあぶら, でんぷん さとう, ごま	にんじん, ねぎ, こまつな にんにく, しょうが, ごぼう さやいんげん パイン, もも, りんご	食品ロスを減らそうという SDGsの取り組みのひとつ として、おからを使ったハン バーグを作ります。	656 kcal 23.3 g
22 月	ジャージャーめん ツナポテト りんご	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく みそ, ツナ	ちゅうかめん, あぶら さとう, ごまあぶら でんぷん, じゃがいも	にんにく, しょうが ほししいたけ, にんじん たまねぎ, ねぎ, もやし きゅうり, パセリ, りんご		539 kcal 25.2 g
24 水	ごはん ぶたにくのごまやき こまつなのからししょうゆ あおさのみそしる	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく とうふ, みそ あおさのり	こめ, ごまあぶら さとう, ごま じゃがいも	しょうが, にんにく, ねぎ もやし, こまつな, にんじん たまねぎ	9/19 チキンチキンごぼう 鶏肉とごぼうのから揚げを 甘辛く味付けた、山口県で 人気のメニューです!	499 kcal 24.3 g
25 木	チキンカレーライス じゃこいりわかめサラダ	○	ぎゅうにゅう, とりにく チーズ, ちりめんじゃこ わかめ	こめ, おおむぎ, あぶら じゃがいも, バター こむぎこ, さとう	にんにく, しょうが たまねぎ, にんじん, りんご キャベツ, きゅうり		583 kcal 19.5 g
26 金	シュガーあげパン とうにゅうポタージュ コロコロサラダ	○	ぎゅうにゅう, ベーコン とうにゅう	コッペパン, あぶら さとう, でんぷん じゃがいも, さとう	たまねぎ, にんじんエリンギ コーン, パセリ, きゅうり		585 kcal 18.5 g
29 月	ゆかりごはん あつやきたまご やさいとあぶらあげのごまあえ いものこじる	○	ぎゅうにゅう, たまご あぶらあげ, ぶたにく	こめ, さとう, ごま さといも	ねぎ, ほうれんそう, もやし にんじん, だいこん こんにやく, まいたけ	今月の地場産物  たまご きゅうり りんご ぶどう	562 kcal 23.5 g
30 火	スパゲティペスカトーレ ホットポテトサラダ	○	ぎゅうにゅう, ベーコン えび, いか	スパゲティ, あぶら こむぎこ, じゃがいも マヨネーズ	しょうが, にんにく, パセリ にんじん, たまねぎ マッシュルーム ホールトマト, グリンピース		622 kcal 25.1 g

※材料の都合により献立を変更する場合があります。