

2026年8・9月学校給食予定献立表

草津市学校給食センター
草津市第二学校給食センター

日	曜日	献立名	主 な 材 料 と そ の 働 き						エネルギー(kcal)	
			おもに体をつくるものになる食品		おもに体の調子を整えるものになる食品		おもにエネルギーとなる食品		たんぱく質(g)	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	脂質(g)	
			魚・肉・卵・豆類	牛乳・小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ類	穀類・いも類・砂糖類	油脂	塩分(g)	
									小学校	中学校
8/27	木	【中学校給食開始】 ごはん 牛乳 とりそばどんの具 フライドポテト とうがんとみそ汁 プリン ※小学校の給食はありません	鶏肉 油揚げ みそ	牛乳	さいやいんげん にんじん 青ねぎ	とうもろこし とうがん たまねぎ	米 さとう じゃがいも プリン	米油		791 26.9 24.3 2.2
8/28	金	【小学校給食開始・食物せんい献立】 麦入りごはん 牛乳 ホキの香味揚げ キャベツの炒め物 ポークカレー	ホキ チキンハム 豚肉	牛乳	パセリ にんじん さいやいんげん	キャベツ たまねぎ にんにく	米 大麦 でんぶん じゃがいも 白いんげん豆	米油 カレールウ	646 27.7 18.3 2.6	799 34.9 21.0 3.5
8/31	月	ごはん 牛乳 鶏のチリソースがけ 中華炒め はるさとわかめのスープ	鶏肉 豚肉 豆腐	牛乳 わかめ	チンゲン菜 にんじん	しょうが にんにく もやし えのきたけ たまねぎ	米 さとう でんぶん はるさと	米油 オイスターソース	581 25.3 19.2 2.2	708 30.5 22.5 2.7
1	火	【防災の日献立】 ごはん 牛乳 さばの塩焼き 切干大根の煮物 豚汁	さば 鶏肉 豚肉 みそ	牛乳	にんじん 青ねぎ	切干大根 ごぼう だいこん	米 さとう 里芋	米油	628 28.4 25.2 1.8	783 35.4 31.7 2.3
2	水	ごはん 牛乳 鶏のから揚げ きんぴらごぼう 米粉麺入りすまし汁	鶏肉 豚肉 かまぼこ	牛乳	青ピーマン にんじん 青ねぎ	にんにく しょうが ごぼう ごんにやく たまねぎ えのきたけ	米 でんぶん さとう 米粉麺	米油	636 26.4 23.1 1.9	772 31.8 27.3 2.3
3	木	ごはん ココア牛乳 厚揚げの肉みそかけ 味付けきゅうり 五目すまし汁	厚揚げ 鶏肉 みそ	牛乳	にんじん 青ねぎ	白ねぎ しょうが きゅうり だいこん たまねぎ	米 ココア牛乳の素 さとう でんぶん じゃがいも	米油 ごま油	592 21.7 20.7 1.7	711 25.3 24.2 2.1
4	金	ごはん 牛乳 近江牛コロッケ 豚肉とごぼうのピリ辛炒め 白菜のみそ汁	豚肉 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	にんじん 青ねぎ	ごんにやく ごぼう しょうが はくさい たまねぎ	米 さとう 近江牛コロッケ	米油	625 22.9 20.2 1.7	737 26.3 23.1 2.1
7	月	ごはん 牛乳 タッカルビ チンゲン菜ともやしのナムル トック	鶏肉 赤みそ 豚肉	牛乳 わかめ	チンゲン菜 にんじん	たまねぎ しょうが にんにく もやし え のきたけ	米 さとう トック	米油 ごま油 白ごま	584 24.2 19.7 1.9	726 30.3 24.0 2.4
8	火	ごはん 牛乳 中華ポテト きゅうりの中華あえ 八宝菜	豚肉 ちくわ	牛乳	にんじん	きゅうり とうもろこし たまねぎ たけのこ キャベツ もやし 白ねぎ しょうが	米 さつまいも さとう でんぶん	米油 オイスターソース	605 17.2 16.1 1.4	735 20.0 18.4 1.8
9	水	【重陽の節句献立】 栗ごはん 飲むヨーグルト(ブルーベリー) 鶏肉のたれがらめ にんじんとツナの炒め物 菊型かまぼこのすまし汁	鶏肉 まぐろ かまぼこ	飲むヨーグルト (ブルーベリー)	にんじん 青ねぎ	とうもろこし たまねぎ しめじ	米 でんぶん さとう	くり 米油	602 22.3 17.7 2.3	739 27.3 22.7 2.9
10	木	【食育の日・地場産物・郷土料理 青花献立】 ごはん 牛乳 カレイの青花揚げ 赤こんにやくのそぼろ煮 打ち豆汁	カレイ 豚肉 打ち豆 豆腐 みそ	牛乳	青花粉 こまつな にんじん 青ねぎ	赤こんにやく しょうが	米 でんぶん さとう じゃがいも	米油	586 27.7 17.2 1.9	701 30.6 19.7 2.4
11	金	【日本・世界味めぐり献立:アメリカ】 ドッグロール 牛乳 ウインナーケチャップソースかけ キャベツのカレーソース コーンチャウダー ぶどうゼリー	ソーセージ 鶏肉	牛乳	にんじん	キャベツ たまねぎ とうもろこし マッシュルーム	ドッグロール さとう じゃがいも 米粉ベジマメルソース でんぶん ぶどうゼリー	米油	590 23.0 18.6 3.2	692 26.7 20.6 3.9
14	月	ごはん ココア牛乳 鶏肉の照り焼き ほうれん草ときゅうりのごまあえ 笠縫東小オジナル 色どり栄養すまし汁	鶏肉 かまぼこ	牛乳 わかめ	ほうれん草 にんじん 青ねぎ	しょうが きゅうり しめじ だいこん	米 さとう でんぶん ココア牛乳の素	米油 白ごま	568 23.4 18.0 1.8	682 27.9 20.9 2.3
15	火	【減塩献立】 ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き だいこんと水菜のゆかりあえ 鶏じゃが	豚肉 鶏肉	牛乳	水菜 にんじん さいやいんげん	たまねぎ しょうが だいこん ごんにやく	米 じゃがいも さとう	米油	586 28.6 16.8 1.6	717 34.7 19.5 2.2
16	水	麦入りごはん 牛乳 たらのコンソメ揚げ ジャーマンポテト ハヤシソース	たら ベーコン 鶏肉	牛乳	パセリ にんじん	たまねぎ しめじ グリーンピース	米 大麦 でんぶん じゃがいも 米粉ベジマメルソース ハヤシルウ	米油	651 25.4 20.9 3.1	805 32.0 24.9 3.9
17	木	ごはん 牛乳 どて焼き 米粉たこ焼き 肉吸い	豚肉 白みそ みそ 牛肉 かまぼこ	牛乳	青ねぎ にんじん 水菜	だいこん ごんにやく しょうが たまねぎ はくさい	米 さとう 米粉たこ焼き	米油	568 22.4 17.0 1.8	711 28.0 20.3 2.2
18	金	ごはん 飲むヨーグルト 鶏肉のバーベキューソースがけ れんこんの炒め煮 さつまいものみそ汁	鶏肉 豚肉 油揚げ みそ	飲むヨーグルト	さいやいんげん にんじん 青ねぎ	にんにく しょうが りんごビュレー れんこん ごんにやく えのきたけ たまねぎ	米 でんぶん さとう さつまいも	米油 白ごま ごま油	636 24.0 18.2 1.7	812 31.4 24.6 2.2
24	木	ごはん 牛乳 ハンバーグてりやきソースがけ ひじきの煮物 豆腐とわかめのみそ汁	ポークハンバーグ 鶏肉 油揚げ 豆腐 みそ	牛乳 ひじき わかめ	にんじん	たまねぎ	米 さとう でんぶん じゃがいも	米油	566 24.5 16.6 2.1	693 29.6 19.1 2.6
25	金	【お月見献立】 ごはん 牛乳 焼きとり キャベツとチンゲンサイのかつおあえ 里芋のそぼろ煮 お月見ゼリー	鶏肉 花かつお 豚肉	牛乳	チンゲン菜 にんじん さいやいんげん	しょうが キャベツ ごんにやく たまねぎ たけのこ	米 さとう 里芋 月見ゼリー	米油	609 26.2 17.8 1.6	750 32.5 21.6 2.0
28	月	【かみかみ献立】 ごはん 牛乳 ちくわの米粉天ぷら 豚肉のオイスターソース炒め 沢菜餛	ちくわ 豚肉 鶏肉	牛乳	さいやいんげん にんじん 青ねぎ	たまねぎ にんにく ほししいたけ ごぼう たけのこ	米 米粉	米油 オイスターソース	588 26.7 17.6 2.6	702 31.3 20.4 3.0
29	火	わかめごはん 牛乳 豚肉とまいたけのつけ焼き 白菜と水菜の和え物 鶏肉とさつまいものうま煮	豚肉 鶏肉	わかめ 牛乳	水菜 にんじん さいやいんげん	まいたけ たまねぎ しょうが はくさい ごんにやく	米 さとう さつまいも	米油	617 27.7 16.1 2.5	745 33.8 17.6 3.3
30	水	ごはん 牛乳 鶏肉の竜田揚げ 大根の昆布あえ わかめと豆腐のすまし汁	鶏肉 かまぼこ 豆腐	牛乳 昆布 わかめ	にんじん	しょうが だいこん キャベツ えのきたけ たまねぎ	米 でんぶん	米油	605 24.4 21.9 1.8	735 29.3 26.0 2.3

★今月の地場産物(予定)

・草津市産:米、青花粉、水菜、青ねぎ
・滋賀県産:牛乳、大麦、パンの小麦粉、みそ、近江牛コロッケ

☆毎月19日は食育の日です。

※緊急時(気象条件等)により献立を変更することがあります。

* 小学校の栄養価は、4年生のものです。