令和8年度



8･9 月 分 給 食 献 立 予 定 表

宇都宮市立上河内中学校

	献立名	主な材料						エネルギー(Kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 塩分相当量(g)
		血や肉になる		体の調子を整える		力や熱のもとになる		
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
28 金	麦入りご飯　牛乳		牛乳			米 麦		569 13.9 8.8 0.3
	いちごゼリー(紙スプーン付き)				いちご	砂糖		
31 月	クロワッサン　牛乳		脱脂粉乳 牛乳			小麦粉 砂糖	マーガリン	480 12.5 26.7 1.3
1 火	麦入りご飯　牛乳		牛乳			米 麦		610 14.7 11.0 0.2
	餅アイス	豆乳				米 砂糖		
2 水	麦入りご飯　牛乳		牛乳			米 麦		586 13.7 10.9 0.2
	豆乳かぼちゃプリン(紙スプーン付き)	豆乳		かぼちゃ		砂糖		
3 木	わかめご飯　牛乳		牛乳 わかめ			米		577 14.0 9.7 1.6
	豆乳とココアのデザート(紙スプーン付き)	豆乳				砂糖	ココア	
4 金	麦入りご飯　牛乳		牛乳			米 麦		596 14.6 11.3 0.3
	抹茶プリン(紙スプーン付き)	豆乳		抹茶		砂糖		
7 月	揚げパン(ココア)　牛乳		脱脂粉乳 牛乳			小麦粉 砂糖	油 ココア	688 21.6 20.8 1.8
8 火	麦入りご飯　牛乳		牛乳			米 麦		565 13.6 8.8 0.2
	ソーダシャーベット(紙スプーン付き)				りんご レモン	砂糖		
9 水	麦入りご飯　牛乳		牛乳			米 麦		635 14.1 14.8 0.2
	豆乳プリンタルト	豆乳				米粉 砂糖		
10 木	菜飯　牛乳		牛乳	大根の葉 京菜		米		615 15.2 12.8 1.6
	いちごクレープ	豆乳			いちご レモン	米粉 砂糖		
11 金	麦入りご飯　牛乳		牛乳			米 麦		628 14.7 13.4 0.2
	メープルマフィン	豆乳				米粉 砂糖 メープルシロップ		
14 月	デニッシュパン　牛乳		脱脂粉乳 牛乳			小麦粉 砂糖	マーガリン	480 12.5 26.7 1.3
15 火	麦入りご飯　牛乳		牛乳			米 麦		640 14.3 13.7 0.2
	お芋と栗のタルト	豆乳				米粉 砂糖 さつま芋 栗	油	
16 水	麦入りご飯　牛乳		牛乳			米 麦		575 13.7 8.8 0.3
	ブルーベリーゼリー(紙スプーン付き)				ブルーベリー	砂糖		
17 木	鮭わかめご飯　牛乳	鮭	牛乳 わかめ			米		587 14.2 13.3 1.5
	チョコクレープ	豆乳				米粉 砂糖	ココア	
18 金	麦入りご飯　牛乳		牛乳			米 麦		608 15.0 11.2 0.3
	かぼちゃのマフィン	豆乳		かぼちゃ		米粉 砂糖		
24 木	わかめご飯　牛乳		牛乳 わかめ			米		636 14.8 13.1 1.7
	ガトーショコラ	豆乳				米粉 砂糖		
25 金	麦入りご飯　牛乳		牛乳			米 麦		610 14.2 10.6 0.2
	スイートポテト	大豆				さつま芋 砂糖		
28 月	抹茶米粉パン　牛乳		脱脂粉乳 牛乳	抹茶		米粉 砂糖		452 19.6 14.8 1.0
29 火	麦入りご飯　牛乳		牛乳			米 麦		596 14.0 11.1 0.2
	いちごプリン(紙スプーン付き)				いちご	砂糖		
30 水	麦入りご飯　牛乳		牛乳			米 麦		618 14.2 13.3 0.2
	豆乳カスタードクレープ	豆乳 大豆				米粉 砂糖		

生徒一人一回あたりの学校給食 摂取基準　**エネルギー830kcal たんぱく質33.2g 脂質23.1g 塩分相当量2.5g**

8･9月の平均値　**エネルギー580kcal たんぱく質14.4g 脂質13.4g 塩分相当量0.6g**

※献立内容は材料購入の都合上変更することがありますので，ご了承ください。

※食材は市教育委員会の指導のもと安全が確認されたものを使用しています。

～ 給食センターの工事について ～

上河内給食センターの工事が夏休みから始まります。保護者の皆様には，ご不便をおかけしてしまい申し訳ございません。
おかず･箸類は，ご家庭用よりご持参していただけますようお願いいたします。ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。
また工事期間中に提供する食品は，下記の業者より学校へ直接納入となります。
ご飯：鹿沼市炊飯協同組合　パン：滝乃金田屋　牛乳：栃酪乳業　デザート類：学校給食会