令和８年度　8月 献立表

□■□■□　今月の給食目標：身の回りや手をきれいにしよう　□■□■□

倶知安町学校給食センター
0136-22-0506

月	火	水	木	金
今月の倶知安町食材 米（ななつぼし） じゃがいも	18 わかめごはん ふわふわつみれ汁 鶏のから揚げ　小2こ ごまドレサラダ	19 トマトスープスパゲティ ブロッコリーとハムのサラダ 冷凍パイン	20 ごはん 小松菜とベーコンのスープ 白身魚のバジルフライ コールスローサラダ	21 開拓丼 ☆豆腐とわかめの味噌汁 豆乳入りレモンのムース
24 ごはん 玉葱とほうれん草の味噌汁 きのこ信田 五目きんぴら	25 ごはん なめこと油揚げの味噌汁 ハンバーグ ブロッコリーのサラダ のりふりかけ	26 冷やし中華 （ラーメン・具・たれ） 揚げ餃子　小2こ 中2こ 豆乳プリンタルト	27 ごはん ミネストローネ チキンのオーブン焼き コーンクリーミーサラダ	28 ミートボールカレー もやしのサラダ
31 ごはん 大根と厚揚げの味噌汁 焼きさば うま煮	**地産地消情報** ニセコ産大豆を使用した豆腐と豆乳を使用している献立には☆マークをつけています。倶知安町内のお店で加工しています。	◎都合により献立の一部を変更する場合もありますので、ご了承ください。 ◎牛乳は毎日つきます	☆右のＱＲコードから学校給食のホームページが見られます。 ☆月別・年間配合表を掲載しています。	

野菜のおはなし

私たちの食生活に欠かせない野菜を安定して届けるため、国では「指定野菜」と「特定野菜」を定めています。指定野菜とは、全国的に流通し、特に消費量が多く重要な野菜のことで、2026年４月からは、ブロッコリーが新たに加わり、全部で15品目となりました。

これらの野菜は、南北に長い日本列島の気候の違いを生かし、季節ごとに産地を切り替える「産地リレー」によって、１年を通して安定的に生産されています。

8月31日は「野菜の日」

ブロッコリーが「指定野菜」に仲間入り！

指定野菜 15品目

New ブロッコリー（2026年４月～）

キャベツ　きゅうり　さといも　だいこん　トマト

なす　にんじん　ねぎ　はくさい　ピーマン　レタス　たまねぎ　じゃがいも　ほうれんそう

ブロッコリーはこんな野菜！

- キャベツと同じアブラナ科の仲間
- 食べる部分は花のつぼみと若い茎
- β-カロテン、ビタミンC、ビタミンK、葉酸など
  栄養たっぷりの緑黄色野菜
- 本来の旬は冬で、寒さにあたると甘みが増す

主な産地：北海道、埼玉県、愛知県、香川県 など

栄養たっぷり！

特定野菜とは？

地域農業振興などの観点から、指定野菜に準ずる野菜として、かぼちゃ、ごぼう、こまつな、にら、れんこんなど34品目が定められています。

令和８年度　8月分　材料表

倶知安町学校給食センター

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	小学生	中学生
					ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal) たんぱく質(g)	
18 火	わかめごはん　ふわふわつみれ汁 鶏のから揚げ　ごまドレサラダ	牛乳　ふわふわつみれ わかめ　鶏のから揚げ	ごはん　なたね油	ごぼう　長ねぎ キャベツ　人参 きゅうり	626 24.4	761 30.5
19 水	トマトスープスパゲティ ブロッコリーとハムのサラダ 冷凍パイン	牛乳　鶏肉　ハム	スパゲティ	たまねぎ　しめじ　なす トマト　ズッキーニ ブロッコリー　パプリカ パイン	534 26.2	625 31.1
20 木	ごはん　小松菜とベーコンのスープ 白身魚のバジルフライ コールスローサラダ	牛乳　ベーコン 白身魚のバジルフライ ハム	ごはん　なたね油 マヨネーズ　三温糖	人参　小松菜　キャベツ とうもろこし	619 21.4	740 25.1
21 金	開拓丼　豆腐とわかめの味噌汁 豆乳入りレモンのムース	牛乳　豚肉　大豆ミート ひじき　木綿豆腐 わかめ	ごはん　三温糖 レモンのムース	人参　たまねぎ とうもろこし　長ねぎ	664 25.7	789 30.3
24 月	ごはん　玉葱とほうれん草の味噌汁 きのこ信田　五目きんぴら	牛乳　油揚げ きのこ信田　豚肉	ごはん　白滝　白ごま 三温糖　ごま油	たまねぎ　ほうれん草 ごぼう　人参	624 28.1	725 32.3
25 火	ごはん　のりふりかけ なめこと油揚げの味噌汁 ハンバーグ　ブロッコリーのサラダ	牛乳　油揚げ ハンバーグ　ハム　のり	ごはん	なめこ　ブロッコリー とうもろこし	603 24.2	737 29.7
26 水	冷やし中華　揚げ餃子 豆乳プリンタルト	牛乳　ハム 揚げ餃子	ラーメン　なたね油 豆乳プリンタルト	きゅうり　人参	632 20.5	700 24.1
27 木	ごはん　ミネストローネ チキンのオーブン焼き コーンクリーミーサラダ	牛乳　ベーコン　大豆 チキンのオーブン焼き ハム	ごはん　じゃがいも 三温糖	たまねぎ　人参 キャベツ　トマト ほうれん草 とうもろこし	687 27.3	795 30.6
28 金	ミートボールカレー もやしのサラダ	牛乳　豚肉 ミートボール　ハム	ごはん　じゃがいも	人参　たまねぎ　もやし きゅうり　ほうれん草	640 20.7	782 24.2
31 月	ごはん　大根と厚揚げの味噌汁 焼きさば　うま煮	牛乳　厚揚げ　さば 鶏肉　白つと	ごはん　じゃがいも 三温糖	大根　人参　ごぼう 長ねぎ　たけのこ しいたけ	611 25.8	758 32.3