

令和3年9月分

8/31 火 ～ 9/30 木

学 校 給 食 献 立 表

★は茶わんの日、◆は新献立のある日です

実 施 日	献 立 名	食 品 名	実 施 日	献 立 名	食 品 名
8/31 火	夏野菜カレー 牛乳 フレンチサラダ	【米、げんまい、ぶた肉、かぼちゃ、たまねぎ、なす、ズッキーニ、トマト水煮、さやいんげん、にんにく、土しょうが、油、ポーンストック、小麦粉、マーガリン、純カレー粉、チャツネ、しょうゆ濃、ウスターソース、ケチャップ、塩、三温糖、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【キャベツ、きゅうり、にんじん、セロリー、酢、サラダ油、砂糖、しょうゆ濃、塩、こしょう	9/15 水 ★ はし	ごはん 牛乳 かんとう煮 ひじきの炒め煮	【米 【とり肉、こんにやく、がんもどき、ささがきてんぶら、じゃがいも、にんじん、さやいんげん、しょうゆ濃、しょうゆ淡、三温糖、みりん、けずりぶし、〈水〉 【うすあげ、めひじき、にんじん、油、しょうゆ濃、三温糖、みりん、けずりぶし、〈水〉
9/1 水	ミニバインパン 牛乳 中華風ごもく煮 あまずあえ	【パン、ドライバイン 【ぶた肉、だいず、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、干しいたけ、油、ポーンストック、三温糖、しょうゆ濃、しょうゆ淡、塩、でんぶん、〈水〉 【ツナ、きゅうり、干しわかめ、酢、砂糖、しょうゆ濃、みりん	9/16 木 はし	いもパン 牛乳 チヂミ わかめのスープ	【パン、さつまいも 【いか、はくさいキムチ、ニラ、小麦粉、ながいも、とりがらスープ、塩、〈水〉、ごま油、しょうゆ濃、酢、ごま油 【ぶた肉、とうふ、はくさい、にんじん、干しわかめ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、〈水〉
9/2 木 ★ はし	ごはん 牛乳 さけの塩焼き みそ汁	【米 【鮭、油 【とり肉、たまねぎ、チンゲンサイ、えのきたけ、にんじん、ねぎ、みそ、けずりぶし、〈水〉	9/17 金 ★ はし	ごはん 牛乳 すき焼き風煮 わかさぎのからあげ	【米 【牛肉、糸こんにやく、はくさい、たまねぎ、しろねぎ、にんじん、ふ、油、しょうゆ濃、三温糖、酒 【わかさぎ、塩、こしょう、でんぶん、油
9/3 金 はし	ミニココアパン 牛乳 ちくわのチーズフライ 野菜ソテー	【パン、バター、ココアパウダー、砂糖 【ちくわ、小麦粉、〈水〉、粉チーズ、パン粉、油 【ぶた肉、ベーコン、カットスパゲティ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、コーン、油、ウスターソース、ケチャップ、とんかつソース、塩、こしょう	9/21 火 ★ はし	わかめごはん 牛乳 鶏肉と里芋のごまみそ煮 すまし汁 つきみだんご	【米、干しわかめ、塩、〈水〉 【とり肉、さといも、にんじん、白ごま、みそ、三温糖、みりん、酒、けずりぶし、〈水〉 【とり肉、とうふ、はくさい、えのきたけ、にんじん、ねぎ、ふ、しょうゆ淡、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉 【つきみだんご
9/6 月 ◆	ペナチン 牛乳 白いんげん豆の クリームスープ ドレッシングあえ	【米、とり肉、たまねぎ、にんじん、トマト水煮、土しょうが、にんにく、油、トマトピューレ、とりがらスープ、塩、ターメリック、クミン、こしょう、とうがらし、〈水〉 【ベーコン、白いんげん豆、たまねぎ、にんじん、パセリ、油、牛乳、ポタージュストック、ポーンストック、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【いか、キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ濃、砂糖、サラダ油	9/22 水	ごまパン 牛乳 焼きフランクフルト シエニ・ケイト	【パン、白ごま 【フランクフルト、油、ケチャップ、ウスターソース、とんかつソース、三温糖、洋がらし 【ハム、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、しめじ、パセリ、油、牛乳、ポタージュストック、ポーンストック、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉
9/7 火 ★ はし	たきごみごはん 牛乳 夏野菜のかきあげ みそ汁	【米、とり肉、つきこんにやく、にんじん、ごぼう、干しいたけ、しょうゆ濃、しょうゆ淡、みりん、酒、塩、〈水〉 【ちくわ、たまねぎ、かぼちゃ、オクラ、小麦粉、塩、〈水〉、油 【とり肉、うすあげ、はくさい、たまねぎ、にんじん、ねぎ、みそ、けずりぶし、〈水〉	9/24 金	中華丼 牛乳 あげしゅうまい	【米、ぶた肉、いか、むきえび、酒、はくさい、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、たけのこ、干しいたけ、土しょうが、油、ポーンストック、しょうゆ淡、しょうゆ濃、塩、こしょう、ごま油、でんぶん、〈水〉 【しゅうまい、油
9/8 水 ★ はし	ごはん 牛乳 ピリ辛肉じゃが ナムル	【米 【ぶた肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ニラ、土しょうが、にんにく、白ごま、ごま油、しょうゆ濃、三温糖、赤だしみそ、トウバンジャン、〈水〉 【きゅうり、キャベツ、にんじん、しょうゆ濃、砂糖、ごま油、塩	9/27 月 ★ はし	ひじきとツナの混ぜごはん 牛乳 かやくうどん おひたし	【米、ツナ、めひじき、にんじん、しょうゆ淡、みりん、酒、塩、けずりぶし、〈水〉 【うどん、とり肉、かまぼこ、うすあげ、にんじん、ねぎ、干しいたけ、干しわかめ、しょうゆ淡、みりん、けずりぶし、〈水〉 【はくさい、チンゲンサイ、しょうゆ濃、みりん、けずりぶし、〈水〉
9/9 木	アップルパン 牛乳 かぼちゃのチーズ焼き マカロニスープ	【パン、ドライアップル 【ベーコン、かぼちゃ、たまねぎ、とけるチーズ、塩、こしょう 【とり肉、マカロニ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、セロリー、パセリ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉	9/28 火	コーンピラフ 牛乳 あじのカレームニエル たまごスープ	【米、ベーコン、コーン、にんじん、油、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、〈水〉 【あじ、塩、こしょう、小麦粉、純カレー粉、油 【とり肉、たまご、たまねぎ、にんじん、パセリ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉
9/10 金 ★ はし	ごはん 牛乳 さばの煮付 せんべい汁	【米 【さば、土しょうが、しょうゆ濃、三温糖、酒、みりん、〈水〉 【南部せんべい、とり肉、はくさい、にんじん、干しいたけ、ねぎ、みりん、しょうゆ淡、しょうゆ濃、塩、けずりぶし、〈水〉	9/29 水	ミニはちみつパン 牛乳 ポトフ いかのマリネ	【パン、はちみつ 【ウインナー、ぶた肉、たまねぎ、じゃがいも、キャベツ、にんじん、パセリ、油、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【いか、たまねぎ、きゅうり、にんじん、セロリー、しょうゆ淡、サラダ油、酢、砂糖、塩
9/13 月 はし	ミニパン 牛乳 スパゲティナポリターナ フレンチサラダ	【パン 【スパゲティ、ベーコン、たまねぎ、なす、にんにく、トマト水煮、ケチャップ、トマトピューレ、ウスターソース、塩、こしょう 【キャベツ、きゅうり、干しわかめ、土しょうが、酢、サラダ油、しょうゆ濃、砂糖、塩、こしょう	9/30 木 ★ はし	ごはん 牛乳 マーボーなす 中華スープ	【米 【ぶたひき肉、なす、ねぎ、にんじん、干しいたけ、土しょうが、にんにく、油、ポーンストック、赤だしみそ、しょうゆ濃、三温糖、酒、塩、こしょう、トウバンジャン、ごま油、でんぶん、〈水〉 【とり肉、ミニぎょうざ、はくさい、チンゲンサイ、たけのこ、にんじん、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、〈水〉
9/14 火 ★ はし	ごはん 牛乳 切干大根の煮物 とうがんのかき卵汁	【米 【とり肉、うすあげ、きりぼしだいこん、にんじん、油、三温糖、しょうゆ淡、しょうゆ濃、みりん、けずりぶし、〈水〉 【とり肉、たまご、とうがん、えのきたけ、みつば、しょうゆ淡、塩、けずりぶし、〈水〉	●パンは個包装にされたものが提供されます。持ち帰りは出来ません。 ●毎月の給食だよりや献立表は、教育委員会のホームページからご覧いただけます。 ●魚には骨がありますので、気を付けてよくかんで食べましょう。 ●都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ながいままです。		

児童1人1回あたり
平均栄養量

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩 g
学年 1・2年	515	21.3	16.9	306	70	1.4	2.4	172	0.36	0.48	16	2.8	2.0
学年 3・4年	593	24.2	18.8	323	81	1.7	2.7	194	0.43	0.52	20	3.5	2.4
学年 5・6年	668	27.1	20.5	340	92	2.0	3.0	217	0.49	0.56	23	4.2	2.8

お願い
給食費を滞納されますと、「食材の購入・支払い」や「献立の内容」等に
影響が及びますので、毎月の給食費の口座引落しに、ご協力お願い
します。