



# 9月の予定献立表



月		火		水		木		金	
2	⑥ 656 ④ 801	3	⑥ 688 ④ 846	4	⑥ 670 ④ 786	5	⑥ 630 ④ 843	6	⑥ 597 ④ 762
ごはん みそちゃんこ汁 大豆の五目煮 ヨーグルトレーズン		<b>防災の日</b> ポークカレー 洋梨缶		ごはん 鶏ごぼう汁 さばの味噌煮		スライスパン ミートボールスープ マカロニサラダ(卵不使用マヨネーズ) みかんジャム		冷やし中華 ぎょうざ	
精白米 強化米 麦 とり団子 油揚げ ごぼう 白菜 人参 みそ がらスープ(ゼラチン) 小麦 大豆 昆布 あじ さば かつお いわし 生姜 豆腐 みそ 長ねぎ 大豆 鶏肉 人参 しらたき ひじき 三温糖 しょうゆ いんげん みりん 料理酒 チョコレート 砂糖 植物油 全粉乳 コffee レーズン 水あめ 香料		精白米 強化米 麦 米油 玉ねぎ 豚肉 人参 じゃがいも 生姜 マーメイド カレーフレーク(小麦) 大豆 にんにく 洋梨 砂糖		精白米 強化米 麦 鶏肉 つきこんにやく えのきたけ 油揚げ みそ 人参 長ねぎ 豆腐 ごぼう いわし 白菜 生姜 あじ さば かつお 昆布 さば みそ 砂糖 でん粉		小麦粉 砂糖 食塩 イースト 片栗粉 マーガリン 人参 玉ねぎ 白菜 ぶなしめじ ミートボール しょうゆ がらスープ(ゼラチン) 小麦 大豆 香辛料 小松菜 食塩 マカロニ 三温糖 きゅうり ハム 食塩 こしょう マヨネーズ(大豆) 水あめ みかん 砂糖		めん ごま油 もやし きゅうり 人参 ほうれん草 鶏肉 ごま 冷やし中華のタレ(しょうゆ 砂糖 食塩 醸造酢 ごま油 大豆油) 豚肉 キャベツ 玉ねぎ ねぎ にんにく 生姜 人参 しいたけ みりん 砂糖 しょうゆ 食塩 こしょう 小麦粉 米油 ごま油	
9	⑥ 666 ④ 797	10	⑥ 682 ④ 833	11	⑥ 582 ④ 810	12	⑥ 599 ④ 767	13	⑥ 660 ④ 750
<b>救給根菜汁</b> 豚丼 救給根菜汁 温州みかんゼリー		ひじきときのこのごはん さつまいも豚汁 ハリハリサラダ かぼちゃプリン <b>★中学1年生が考えた給食★</b>		カレーピラフ コッパスープ 肉団子 <b>★星の実ファームさん★</b> ピーマン 無償提供		ココアパン クリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ		きのコスパゲティー 飲むヨーグルト いかメンチカツ プチたい焼き <b>★星の実ファームさん★</b> ピーマン 無償提供	
精白米 強化米 麦 豚肉 生姜 しょうゆ 料理酒 人参 ごぼう 玉ねぎ みりん しょうゆ 長ねぎ 三温糖 玉ねぎ 人参 ごぼう でん粉 こんにやく さつまいも 大根 しいたけ かつおだし こんぶ(わか) 砂糖 塩 みかん 砂糖 粉あめ		精白米 強化米 麦 米油 きのこ(水素たもぎ) しいたけ ぶなしめじ ひじき 枝豆 料理酒 油揚げ しょうゆ 三温糖 豚肉 料理酒 ごぼう 人参 玉ねぎ 長ねぎ さつまいも 大根 豆腐 みそ 切り干し大根 きゅうり ハム 冷やし中華タレ (しょうゆ 砂糖 酢 ごま りんご) かぼちゃペースト 砂糖 水あめ ヨートン(豆乳)		精白米 強化米 麦 米油 人参 玉ねぎ 鶏肉 加粉 トマト(ケチャップ) アイソ(かつお)イタ 食塩 こしょう コーン ピーマン 玉ねぎ 人参 キャベツ パセリ 小松菜 こしょう ウイパー コッパ(小麦 大豆) 鶏肉 玉ねぎ 砂糖 にんにく 食塩 大豆 豚肉 香辛料 生姜 酒 食酢 砂糖 オイスターソース		小麦粉 砂糖 食塩 イースト 片栗粉 マーガリン コッパ 米油 玉ねぎ 人参 鶏肉 白ウイパー アイソ(かつお)イタ 脱脂粉乳 牛乳 パター 小麦 食塩 こしょう じゃがいも 枝豆 大豆 ぶなしめじ ほうれん草 コーン ハム 青じそ(レタ) (レタ) かつお節(イタ) 魚醤 大豆 小麦		めん 米油 人参 パセリ 玉ねぎ ピーマン マツタケ(レタ) ぶなしめじ えのきたけ 食塩 エリンギ こしょう しょうゆ 白ウイパー パセリ にんにく みりん 生乳 乳製品 砂糖 いか たらすり身 玉ねぎ パン粉 小麦粉 米油 小麦 大豆 食塩 小麦粉 砂糖 食塩 小豆	
16		17	⑥ 646 ④ 804	18	⑥ 635 ④ 790	19	⑥ 612 ④ 753	20	⑥ 682 ④ 806
<b>敬老の日</b> 敬老の日		ごはん 大根と鶏肉の煮物 コーンと枝豆のサラダ		ごはん 水ぎょうざスープ マーボー大根		黒砂糖パン ミネストローネ 十勝大豆コロッケ		カレーうどん かぼちゃ天ぷら 十五夜ゼリー	
おじいちゃん おばあちゃん ありがとう		精白米 強化米 麦 鶏肉 大根 昆布 厚揚げ こんにやく 生姜 料理酒 みりん 三温糖 しょうゆ 人参 ごぼう コーン 枝豆 パセリ 青じそ(レタ) (レタ) かつお節(イタ) 魚醤 小麦 大豆		精白米 強化米 麦 水ぎょうざ(に)ば 豚肉 鶏肉 小麦 大豆 小松菜 玉ねぎ しいたけ しょうゆ がらスープ(ゼラチン) 小麦 大豆 こしょう 食塩 豆腐 人参 ごま 生姜 にんにく 豚肉 ごま油 料理酒 人参 長ねぎ なら しょうゆ みそ 豆板(大豆) 大根 大豆 片栗粉 みそ 三温糖		小麦粉 砂糖 食塩 イースト 片栗粉 マーガリン 黒砂糖 パセリ じゃがいも 人参 玉ねぎ キャベツ 大豆 片栗粉(小麦 大豆) こしょう タバコ トマト(ケチャップ) パセリ じゃがいも 大豆 玉ねぎ パン粉 小麦粉 こしょう 大豆油 とうもろこし油 砂糖 塩 香辛料 カレー粉 米油		めん あじ さば かつお いわし 昆布 カレーフレーク(魚油) 鶏肉 人参 ぶなしめじ 油揚げ みりん ささがきごぼう 長ねぎ 小松菜 そばつゆ 玉ねぎ かぼちゃ 小麦粉 でん粉 食塩 なたね油 米油 砂糖 粉あめ ぶどう果汁	
23		24	⑥ 623 ④ 778	25	⑥ 647 ④ 773	26	⑥ 612 ④ 777	27	⑥ 652 ④ 769
<b>振替休日</b> 振替休日		ルーローハン ルオポータン <b>世界の料理を知ろう④</b>		ごはん みそおでん 若鶏のごま照り焼き		ナン キーマカレー きゅうりと鶏肉のサラダ <b>★星の実ファームさん★</b> ピーマン 無償提供		塩ラーメン 道産パン粉のメンチカツ	
ぶんかえ きゅうり ぶんかえ		精白米 強化米 麦 豚肉 玉ねぎ たけのこ 甜面醬(大豆) しょうゆ 酒 砂糖 生姜 にんにく 小松菜 大根 玉ねぎ 豆腐 人参 しいたけ 大根の葉 がらスープ こしょう 食塩 ごま		精白米 強化米 麦 大根 人参 こんにやく がんもどき 三温糖 みそ 料理酒 昆布 鶏肉 パン粉(乳) ごま しょうゆ 砂糖 魚介(イタ) 植物油 片栗粉		小麦粉 植物油 ヨートン(豆乳) 砂糖 食塩 イースト 米油 生姜 にんにく 玉ねぎ 肉 人参 枝豆 マツタケ(レタ) ピーマン 大豆 加粉(小麦) トマト(ケチャップ) 鶏肉 大豆 キャベツ きゅうり 酢 三温糖 食塩 米油		めん 米油 豚肉 生姜 ほたて にんにく 料理酒 人参 玉ねぎ もやし 白菜 ラーメン(魚介イタ) がらスープ(ゼラチン) 小麦 大豆 食塩 ごま つと 長ねぎ 豚肉 パン粉 玉ねぎ 小麦粉 でん粉 食塩 米油	
30	⑥ 634 ④ 782	<b>★料理によってスプーンがつかます</b> <b>★はしは毎日持ってきてください</b> <b>★献立は都合により変更する場合があります</b> <b>★9月30日(月)は給食口座振替日です</b> <b>★牛乳は毎日つきます(飲むヨーグルトがつく日は、牛乳はつきません)</b>							
豚キムチチャーハン 海藻スープ ひじき春巻		9月平均栄養価 I補給 - たんぱく質 脂質 塩分 低学年 579 kcal 23.2 g 19.7 g 2.2 g 中学年 641 kcal 25.2 g 21.0 g 2.4 g 高学年 704 kcal 27.3 g 22.1 g 2.6 g 中学生 791 kcal 30.9 g 24.7 g 3.0 g							
精白米 強化米 麦 豚肉 キムチ(昆布) 白菜 長ねぎ こしょう 食塩 中華粒 ひじき 昆布 茗わがめ もやし 人参 パセリ 長ねぎ がらスープ(ゼラチン) 小麦 大豆 こしょう 豆腐 食塩 ひじき 豚肉 玉ねぎ 人参 しょうゆ でん粉 発酵調味料 酒 砂糖 オイスターソース 小麦粉 食塩 水あめ しょうゆ 香辛料 しょうゆ 香辛料 大豆 油 こしょう 乳化剤(てんさい糖) 水あめ		<b>お月見</b> <b>味覚の秋</b>							
☆食材の配合等、ご不明な点がございましたら、 給食センター(83-2264)までご連絡ください。									