

# 令和 元年 9月の予定献立表

下地調理場  
電話番号 76-2455

食品群	体内でのはたらき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

学校給食 栄養基準		E=エネルギー	P=タンパク	F=脂質
	小学	650 kcal	23.0 g	18.0 g
	中学	830 kcal	33.0 g	26.0 g

材料、その他の都合により献立を変更することがあります。

こ ん だ て	2(月) 夏野菜のカレーライス 山芋入ふんわりハンバーグ 寒天サラダ ネーブル 牛乳	3(火) 豚丼 パパイヤサラダ とうがんスープ ネーブル 牛乳	4(水) みそかつ丼 もずくスープ なまりぶしサラダ ネーブル 牛乳	5(木) 麦ご飯 ゴーヤーチャンプル あじカレーフライ 冬瓜のみそしる ネーブル 牛乳	6(金) キムチチャーハン さんまのゆず味噌に ワンタンスープ 切干大根とひじきあえ 丹波黒そふといり豆 牛乳
	あ か き みどり	牛乳、ぎゅうにく、レバー、わかめ、シイタケ、山芋入ふんわり豆腐ハンバーグ、かんてん コメ、キャウマイ、無圧ペン麦、カルシウム米カレールウ、オリーブ油、ごま、三温糖 たまねぎ、なす、ピーマン、島カボチャ、にんにく、きゅうり、グリーンボール	牛乳、ぶたにく、こいくちしょうゆ、ロース、とうふ、たまご、花かつお コメ、キャウマイ、無圧ペン麦、三温糖、オリーブ油、ごま、三温糖 にんにく、ピーマン、たまねぎ、ごぼう、うたけのこ、パプリカ、ゆず、にんじん、パイナップル	牛乳、とり、たまご、みそ、花かつお、ポークソーセージ、もずく、とうふ、ナリ コメ、キャウマイ、無圧ペン麦、カルシウム米、オリーブ油、ごま、三温糖 しょうが、水、にんじん、マツタけ、しいたけ、キャベツ、トマト、ブロッコリー、ネーブル	牛乳、ポークソーセージ、とうふ、たまご、けずりぶし、あじチーズフライ、ナリ コメ、キャウマイ、無圧ペン麦、オリーブ油 にがうり、たまねぎ、にんじん、とうがん、しめじ、水、ネーブル
小学校 中学校	E 661 P 24.7 F 23.1 E 821 P 30.1 F 27.6	E 590 P 27.0 F 16.6 E 723 P 32.8 F 19.3	E 669 P 34.0 F 22.2 E 824 P 42.3 F 26.6	E 673 P 35.0 F 26.0 E 833 P 43.3 F 31.6	E 630 P 29.0 F 23.1 E 775 P 35.6 F 27.4
こ ん だ て	9(月) ブルコギ丼 野菜スープ 昆布和え 紅いも団子 牛乳 <b>下地中 運動会の 振替にて 欠食</b>	10(火) ハヤシライス マカロニサラダ フルーツムース 牛乳	11(水) 麦ご飯 肉じゃが ごまあえ あさりの味噌汁 ネーブル 牛乳	12(木) きびご飯 冬瓜の煮物 なっとうみそ わかめの酢の物 バナナ 牛乳	13(金) ひじきごはん イナムドチ グルクンの甘酢揚げ 十五夜だいふく 牛乳
	あ か き みどり	牛乳、ぎゅうにく、こいくちしょうゆ、とり、花かつお、こんぶ コメ、キャウマイ、無圧ペン麦、ごま、三温糖、ごま油、さつまいも、もち、異性化液糖 たまねぎ、にんじん、しいたけ、マツタけ、水、こんにやく、とうがん、ほうれんそう	牛乳、ぎゅうにく、レバー、脱脂粉乳 コメ、キャウマイ、無圧ペン麦、カルシウム米、じゃがいも、オリーブ油、ごま、三温糖、ラード にんじん、たまねぎ、えのきたけ、水、えだまめ、トマトペースト、にんにく	牛乳、ブタ、こいくちしょうゆ、かに、みそ、アサリ、とうふ、わかめ、花かつお コメ、キャウマイ、無圧ペン麦、じゃがいも、しらたき、三温糖、オリーブ油、ごま、ごま油 たまねぎ、にんじん、グリーンピース、しょうが、ホウレンソウ、もやし、ねぎ、えのきたけ	牛乳、鶏肉もも、皮つき(若鶏)、みそ、こんぶ、あつあげ、こいくちしょうゆ コメ、キャウマイ、精白もちきび、三温糖、ごま、オリーブ油、綿実油 しょうが、とうがん、にんじん、こんにやく、いんげん、水、モーウイ、きゅうり
小学校 中学校	E 649 P 24.3 F 19.2 E 799 P 29.5 F 22.6	E 688 P 22.3 F 22.1 E 857 P 27.1 F 26.5	E 547 P 25.5 F 12.6 E 668 P 31.2 F 14.3	E 637 P 22.0 F 18.2 E 784 P 26.4 F 21.7	E 671 P 32.0 F 23.0 E 828 P 39.6 F 27.2
こ ん だ て	16(月) <b>敬老の日</b>  イカトマトピラフ 大根のイタリアンサラダ イタリアンスープ 彩り野菜のミンチカツ ネーブル 牛乳 <b>下地小 欠食 運動会の振替</b>	17(火) 揚げパン クリームスープ コールスローサラダ ネーブル 牛乳	18(水) 揚げパン クリームスープ コールスローサラダ ネーブル 牛乳	19(木) 牛汁そば 緑の野菜コロッケ ひじきサラダ なし 牛乳	20(金) 鶏めし そばろ煮 すまし汁(オクラ入り) みかん 牛乳
	あ か き みどり	牛乳、いか、あさり、チリメン、シイタケ、ベーコン、たまご、チーズ、とりにく コメ、キャウマイ、無圧ペン麦、オリーブ油、無塩バター(給)、三温糖、上白糖、パプリカ 水、たまねぎ、にんじん、トマト、パプリカ、トマトペースト、だいこん、きゅうり	牛乳、脱脂粉乳、きなこ、とりにく、スキムミルク、いんげんまめ ごまご、グラニュー糖、オリーブ油、ショートニング、ぶどう糖、三温糖 水、コーン、にんじん、島カボチャ、パプリカ、たまねぎ、しめじ、キャベツ、コーン、りんご	牛乳、脱脂粉乳、きなこ、とりにく、スキムミルク、いんげんまめ ごまご、グラニュー糖、オリーブ油、ショートニング、ぶどう糖、三温糖 水、コーン、にんじん、島カボチャ、パプリカ、たまねぎ、しめじ、キャベツ、コーン、りんご	牛乳、ぎゅうにく、だいず、いとけずり、ひじき、まめ ごまご、コメ、オリーブ油、グラニュー糖、ごま 水、だいこん、にんじん、ねぎ、緑の野菜、カリフラワー、トマト、キャベツ、なし
小学校 中学校	E 644 P 28.7 F 24.6 E 793 P 35.1 F 29.4	E 660 P 22.8 F 23.1 E 813 P 27.6 F 27.6	E 660 P 22.8 F 23.1 E 813 P 27.6 F 27.6	E 588 P 26.1 F 19.5 E 719 P 31.7 F 23.2	E 564 P 26.4 F 17.2 E 694 P 32.2 F 20.2
こ ん だ て	23(月) <b>秋分の日</b> 	24(火) 麦ご飯 なんこうの卵とじ もずくあえ フルーツポンチ 牛乳	25(水) 麦ご飯 パパイヤチャンプル ゆしとうふ グルクンのアーサあんかけ ネーブル 牛乳	26(木) スパゲティジェノベーゼ いわしのカリカリフライ ミネストローネ 冷凍ムース 牛乳	27(金) ゆかりごはん 切干大根炒め チムシンジ ネーブル 牛乳 <b>下地中 中体連 の為、 欠食</b>
	あ か き みどり	牛乳、ぶたにく、たまご、もずく、なた、花かつお、こいくちしょうゆ、チリメン コメ、キャウマイ、無圧ペン麦、カルシウム米、オリーブ油、グラニュー糖、異性化液糖、ごま 島カボチャ、たまねぎ、にんじん、しょうが、きくらげ、しょうが、水、オクラ、みかん	牛乳、シイタケ、とうふ、わかめ、花かつお、グルクン、アーサ、いとけずり コメ、キャウマイ、無圧ペン麦、ふ、オリーブ油、ごま、三温糖 パパイヤ、しょうが、キャベツ、にんじん、きくらげ、ごま、しいたけ、たまねぎ	牛乳、シイタケ、とうふ、わかめ、花かつお、グルクン、アーサ、いとけずり コメ、キャウマイ、無圧ペン麦、ふ、オリーブ油、ごま、三温糖 たまねぎ、アスパラ、カリ、にんにく、水、にんじん、キャベツ、トマト、パプリカ	牛乳、とりにく、あぶらあげ、かまぼこ、こんぶ、こいくちしょうゆ、レバー、ブタ コメ、キャウマイ、無圧ペン麦、三温糖、オリーブ油、じゃがいも カリ、だいこん、きくらげ、こんにやく、にんじん、ねぎ、にんにく、ネーブル
小学校 中学校	E 605 P 23.4 F 17.4 E 740 P 28.2 F 20.4	E 544 P 27.8 F 14.2 E 662 P 34.0 F 16.1	E 642 P 26.5 F 23.9 E 797 P 32.2 F 29.0	E 685 P 33.3 F 18.1 E 848 P 41.4 F 21.2	
こ ん だ て	30(月) もずく丼 ヘチマスープ モーウイのごまあえ ネーブル 牛乳 <b>来間小 運動会 振替で 欠食</b>	<b>給食のときは どっちがよいか？</b> よいと思う方に○をつけましょう。 どこがよくないかも考えてみましょう。		<b>身支度は…</b>  ( ) ( )	<b>とりに行くときは…</b>  ( ) ( )
	あ か き みどり	牛乳、もずく、ぶたにく、たまご、シイタケ、こいくちしょうゆ、花かつお コメ、キャウマイ、無圧ペン麦、三温糖、オリーブ油、ごま、グラニュー糖 コーン、たまねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、しょうが、へちま、しょうが、マツタケ、モーウイ	<b>運ぶときは…</b>  ( ) ( )	<b>教室で配るときは…</b>  ( ) ( )	<b>食器の返し方は…</b>  ( ) ( )
小学校 中学校	E 600 P 25.1 F 20.1 E 735 P 30.4 F 23.8	( ) ( )	( ) ( )	( ) ( )	( ) ( )

給食費は、期限内に納めましょう。(毎月10日までになっています)