



日曜	献立名			食材			エネルギー (kcal) タンパク質
	主食	牛乳	おかず	血や肉になる	力や熱になる	体の調子を整える	
1 火	ごはん	MILK	八宝菜 ひじき入り春巻き 春雨サラダ	牛乳 豚肉 いか えび うずらのたまご ハム ひじき入り春巻き	ごはん 油 ごま油 片栗粉 春雨 ごま	しょうが にんじん たけのこ キャベツ チンゲンサイ 玉ねぎ きゅうり 干しいたけ	840 29
2 水	カツ丼	MILK	かみかみサラダ <b>2-4 リクエスト給食</b> かき玉汁 クレープ (チーズクレープ)	牛乳 鶏肉 卵 ひじき 粉チーズ するめ 豆腐	ごはん 油 三温糖 薄力粉 パン粉 片栗粉 クレープ	きゅうり ごぼう 大根 玉ねぎ にんじん ねぎ 小松菜	913 37.6
3日(木) 4日(金) は新人戦のため給食はありません。お弁当を持参してください。							
7 月	ごはん	MILK	生揚げの中華煮 蒸し焼売 もやしサラダ	牛乳 厚揚げ 豚肉 うずらのたまご 焼売	ごはん 油 三温糖 カキ油 片栗粉	にんじん たけのこ 青ピーマン 干しいたけ にんにく しょうが もやし きゅうり 玉ねぎ	782 27.7
8 火	森のきのこカレー ライス	MILK	大豆のカリカリ揚げ 温野菜 ジョア (レモン)	牛乳 豚肉 大豆 剣エビの唐揚げ ジョア (レモン)	ごはん ジャがいも 油 上白糖 片栗粉 カレールー	玉ねぎ にんじん しめじ エリンギ きゅうり えのきだけ マッシュルーム にんにく しょうが チャツネ ブロッコリー もやし	837 29.1
9 水	スラッピー ドッグ	MILK	ジャーマンポテト 野菜コンソメスープ	牛乳 豚肉 ベーコン 粉チーズ	子どもパン オリーブ油 薄力粉 バター 油 ジャがいも	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん 青ピーマン トマト パセリ とうもろこし 小松菜 キャベツ	773 27.7
10 木	ごはん	MILK	秋刀魚の塩焼き 大豆の磯煮 野菜わん	牛乳 秋刀魚 大豆 ひじき さつま揚げ みそ	ごはん こんにゃく 油 三温糖 じゃがいも	大根 にんじん さやいんげん ねぎ 小松菜 ごぼう	785 28.4
11 金	なめこおろし うどん	MILK	大学芋 ツナとひじきのサラダ	牛乳 油揚げ なんと 鶏肉 ツナ ひじき	地粉うどん 水あめ 油 上白糖 さつまいも ごま	大根 干しいたけ にんじん ねぎ キャベツ きゅうり 小松菜	791 27.9
15 火	クロワッサン	MILK	ソース焼きそば ひじき入りつくね 温野菜 フルーツポンチ	牛乳 豚肉 青のり さくらえび ひじき入りつくね	クロワッサン 油 蒸し中華麺 ジュレ ワインこんにゃく	玉ねぎ にんじん キャベツ もやし ブロッコリー きゅうり みかん 桃 パインアップル ナタデココ	778 27.1
16 水	ピピンバ	MILK	子持ちししゃもフライ 春雨スープ みかん	牛乳 豚肉 みそ 卵 子持ちししゃもフライ ベーコン	ごはん 油 三温糖 ごま ごま油 春雨	にんにく しょうが もやし もやし キャベツ チンゲンサイ にんじん ほうれん草 みかん	866 34.4
17 木	ごはん	MILK	大根と豚肉の煮込み メンチカツ 和風ほうれん草のサラダ	牛乳 豚肉 さつま揚げ メンチカツ ひじき	ごはん こんにゃく 油 三温糖	しょうが 大根 にんじん ねぎ ほうれん草 きゅうり とうもろこし 玉ねぎ	778 27.2
18 金	ごまみそ ラーメン	MILK	中華サラダ ハロウィンかぼちゃのケーキ	牛乳 豚肉 みそ ハム	ホット中華麺 油 三温糖 小麦粉 春雨 ごま	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん もやし 小松菜 ねぎ とうもろこし かぼちゃ キャベツ きゅうり	847 30.2
21 月	ソイ丼	MILK	海草サラダ みそ汁	牛乳 大豆 豚肉 ベーコン みそ ひじき 海草	ごはん カレールウ 三温糖 ジャがいも 油	青ピーマン にんじん 小松菜 ねぎ きゅうり キャベツ 玉ねぎ	786 29.1
22 火	パインパン	MILK	鶏肉とカシューナッツの炒め物 温野菜 ワントンスープ	牛乳 鶏肉 レバー 剣エビ唐揚げ チーズ	パインパン 片栗粉 ジャがいも ワンタン カシューナッツ 油	しょうが 青ピーマン にんじん もやし 小松菜 ねぎ ブロッコリー きゅうり	810 32.4
23 水	ごはん	MILK	秋刀魚の蒲焼き 青菜ときのこのソテー 豚汁	牛乳 秋刀魚 ベーコン 豚肉 みそ	ごはん 片栗粉 油 三温糖 バター ジャがいも こんにゃく	しょうが ほうれん草 しめじ とうもろこし ごぼう 大根 ねぎ キャベツ にんじん	839 28.7
24 木	カレーうどん	MILK	ハムと大根のサラダ さつまいものごま団子	牛乳 鶏肉 ハム	地粉うどん 油 片栗粉 三温糖 カレールウ さつまいも 白玉粉 ごま	玉ねぎ ねぎ ほうれん草 にんじん 大根 きゅうり キャベツ	841 27.5
25 金	校内音楽会のため給食はありません。お弁当を持参してください。						
28 月	ごはん	MILK	鮭チーズフライ 五目金平 いものこ汁	牛乳 鮭チーズフライ さつま揚げ 鶏肉	ごはん 油 三温糖 里芋 こんにゃく	にんじん ごぼう さやいんげん たけのこ しめじ えのきだけ ねぎ 小松菜	783 27.8
29 火	わかめごはん	MILK	豚肉とレバーのごまだれ きゅうりのピリッと漬け みそけんちん汁	牛乳 豚肉 レバー 鶏肉 みそ	わかめごはん 三温糖 油 片栗粉 ごま こんにゃく 里芋	しょうが ごぼう にんじん 大根 小松菜 ねぎ きゅうり	778 28.9
30 水	ハムカツチーズ サンド	MILK	温野菜 秋の味覚シチュー	牛乳 ひじき 卵 チーズ 鶏肉 ハム	食パン 薄力粉 パン粉 油 バター さつまいも シチューミックス	玉ねぎ しめじ 小松菜 にんじん キャベツ きゅうり	859 33.6
31 木	ごはん	MILK	ピリ辛マヨネーズ焼き 野菜の中華炒め 団子汁 ヨーグルト	牛乳 まだら チーズ ベーコン 油揚げ ヨーグルト	ごはん マヨネーズ 油 カキ油 白玉団子 ごま	玉ねぎ もやし キャベツ チンゲンサイ ほうれん草 にんじん 大根 小松菜 ごぼう しめじ 干しいたけ	813 30.3

※材料等の都合により、多少献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

献立回数・・・19回

＜今月の献立から＞

9日(水) ＜スラッピードッグ＞

アメリカのフロリダ州キーウエスト諸島にあるバーで初めて作られ、そのバーの名前が由来になっているハンバーガーです。正式名は「スラッピージョー」で、パンにミートソースのような具を挟んで食べる料理です。

18日(金) ＜ハロウィンかぼちゃケーキ＞

給食室のスチームコンベクションオーブンでふんわりと焼き上げます。

30日(水) ＜秋の味覚シチュー＞

秋の味覚である「さつまいも」や「しめじ」などが入ったシチューです。



24日(木) 新メニュー

『さつまいものごま団子』

旬の「さつまいも」を使用したごま団子です。さつまいもは、食物繊維やビタミンCが豊富です。

お知らせ

9月12日(木)に行った給食用食材放射性物質測定の検査では、放射性物質は検出されませんでした。