

令和8年度

9月



献立表

9月の目標 はやね、はやおき、あさごはん

この二次元コードから献立表や食
材産地をみることができます。※
毎月1日頃に更新されます。



天瀬学校給食共同調理場



じばさん
きゅうしょくのひ

きょうりょうい
ふくおかけん

ほうさい
きゅうしょく

じばさん
きゅうしょくのひ

じばさん
きゅうしょくのひ

おつきみ
きゅうしょく

うましお
きゅうしょくのひ

かんこくりょうい

日	こんだて名		主に体をつくるもの	主に体の調子をととのえるもの	主に熱やちからになるもの	エネルギー (八訂成分表)
1火	ごはん	ぶたにくとくきわかめののもの ごもくじる レモンゼリー	牛乳 豚肉 くきわかめ 鶏肉 厚揚げ みそ	にんじん しらたき たまねぎ 小松菜	米 砂糖 油 じゃがいも レモンゼリー	576
2水	ごはん	アジフライ だんごじる	牛乳 アジフライ 豚肉 油揚げ みそ	にんじん 大根 小松菜 ごぼう 白ねぎ	米 油 さといも やせうま	605
3木	コッペパン	ぎゅうにくのトマトにこみ しおこうじスープ チーズ	牛乳 牛肉 鶏肉 チーズ	カットトマト たまねぎ えだまめ 小松菜 大根 にんじん 白ねぎ ミルポア(にんじん・たまねぎ)	パン じゃがいも でんぶん 油	523
4金	ごはん	さんまみぞれに じゃがぶたキムチ	牛乳 さんまみぞれ煮 豚肉	たまねぎ にんじん しらたき にら キムチ	米 じゃがいも 砂糖 油	644
7月	ごはん	きりぼしのチャブチェ わかめスープ	牛乳 豚肉 わかめ 豆腐	切干大根 パプリカ ピーマン にんじん にんにく チンゲン菜	米 ごま油 砂糖 ごま 春雨	517
8火	ごはん	ぎすけに とんこつはるさめ	牛乳 大豆 ミニフィッシュ 豚肉	たまねぎ にんじん しいたけ キャベツ もやし チンゲン菜 コーン にんにく しょうが	米 でんぶん 油 砂糖 ごま 春雨 ごま油	590
9水	きゅうきゅう カレー	ポトフ 学校で保管している	牛乳 ポークウインナー	たまねぎ にんじん ブロッコリー キャベツ しめじ	救給カレー じゃがいも	626
10木	まあるい パン	チキンてりやきパティ ミネストローネ スライスチーズ がりがりくんソーダ	牛乳 ベーコン 照り焼きチキンパティ スライスチーズ	たまねぎ にんじん カットトマト にんにく	パン じゃがいも マカロニ がりがりくんソーダ	614
11金	とうもろこし ごはん	とりにくのバジルいため ごまじる	牛乳 豚肉 鶏肉 厚揚げ みそ	にんじん コーン しょうが たまねぎ ピーマン 白ねぎ ごぼう パプリカ 小松菜	米 油 砂糖 ごま さといも オリーブ油	655
14月	ごはん	きびなごのなんばんづけ キムチスープ	牛乳 きびなごフライ 豚肉 豆腐 みそ	にんじん たまねぎ ピーマン キャベツ 白ねぎ もやし キムチ つきこんにやく	米 油 砂糖 マロニー ごま	616
15火	ごはん	ぶたにくのかぼすしょうがやき けんちんじる ごさかなアーモンド	牛乳 豚肉 豆腐 鶏肉 小魚	たまねぎ にんじん もやし にら しょうが ごぼう こんにやく しいたけ 白ねぎ	米 砂糖 油 ごま油 さといも アーモンド	588
16水	ごはん	チキンカレー ブロッコリーのごまいため	牛乳 鶏肉 スキムミルク チーズパウダー	ブロッコリー キャベツ コーン にんにく たまねぎ にんじん ミルポア(にんじん・たまねぎ)	米 砂糖 ごま油 じゃがいも 油	602
17木	コッペパン	ペンネのトマトソース コーンポタージュ いちごジャム	牛乳 チキンハム 豆乳 豚ひき肉 大豆ミート	たまねぎ コーン クリームコーン パセリ にんにく カットトマト	パン パター ペンネ 砂糖 油 いちごジャム	567
18金	ごはん	チンジャオロースー かにたまスープ	牛乳 豚肉 かにかまぼこ 卵	しょうが にんにく たけのこ パプリカ ピーマン もやし ほうれん草 たまねぎ えのきたけ にんじん	米 砂糖 ごま油 でんぶん	556
21月	敬老の日					
22火	こくみんの休日 国民の休日					
23水	秋分の日					
24木	コッペパン	あじのコーンマヨやき キャベツとミートボールのスープ	牛乳 あじ おから ミートボール	コーン キャベツ たまねぎ ブロッコリー にんじん	パン マヨネーズ	553
25金	ごはん	にこみハンバーグ コンソメスープ おつきみゼリー	牛乳 ハンバーグ 鶏肉	たまねぎ にんじん ブロッコリー キャベツ えのきたけ コーン	米 砂糖 じゃがいも お月見ゼリー	646
28月	ごはん	さばのカレーたつたあげ さつまじる	牛乳 鶏肉 豆腐 油揚げ みそ さば	もやし しいたけ にんじん つきこんにやく ごぼう 白ねぎ しょうが	米 さつまいも でんぶん 油	687
29火	ごはん	ヤンニョムチキン はるさめスープ	牛乳 鶏肉 かまぼこ	にんにく 白ねぎ しょうが 小松菜 にんじん みずな	米 油 でんぶん オリーブ油 ごま 春雨	574
30水	えだまめ じゃこごはん	こうみいため にくうどん	牛乳 しらすばし 糸がきまぐろ 牛肉	えだまめ 小松菜 パプリカ もやし たまねぎ にんじん 白ねぎ	米 ごま油 ごま うどん 砂糖	590

都合により、材料や献立の一部を変更する場合があります。ご了承ください。



☆ 牛乳は毎日あります！ ☆