※ 食べたことがない食材に線を引いて下さい。 ※

※ 食べたことがない食材に線を引いて下さい。 ※

※ 食べたことがない食材に線を引いて下さい。 ※

9月分 給食献立予定食材表

曜日	献立名	材料名			
		熱や力になるもの	血や肉・骨をつくるもの	体の調子をととのえるもの	おやつ
1/木	肉豆腐 リヨネーズポテト	米 さとう じゃがいも 油	豚肉 焼き豆腐 ベーコン	たまねぎ にんじん えのき 白ねぎ グリーンピース パセリ	オレンジジュース りんごジュース グレープジュース アガー さとう
	三色ゼリー				
2/金	鮭の塩焼き れんこんのきんぴら 豆腐とじゃがいものみそ汁	米 さとう いりごま ごま油 じゃがいも 油	鮭 豚肉 木綿豆腐 みそ わかめ	れんこん にんじん さやいんげん たまねぎ 青ねぎ	食パン ぎゅうにゅう さとう たまご バター
	フレンチトースト①②③				
3/土	焼うどん チーズ	うどん ごま油 焼きそばソース	豚肉 青のり チーズ	しいたけ たまねぎ にんじん キャベツ もやし	せんべい
	せんべい				
5/月	キャベツの八宝菜 大豆とじゃこのさつと煮	米 油 さとう かたくり粉	豚肉 しらす干し 大豆	たまねぎ 青ねぎ にんじん キャベツ 干し椎茸 たけのこ しょうが	米粉 豆腐 さとう 油
	米粉のおやき				
6/火	煮魚 ブロッコリーの昆布茶和え 豚肉とさつまいものみそ汁	米 さとう ごま油	カレイ 昆布茶 豚肉 木綿豆腐 みそ	ブロッコリー にんじん たまねぎ さつまいも 青ねぎ	米 わかめ
	わかめおにぎり				
7/水	豚肉と春雨のスタミナ炒め ベーコンとトマトのスープ	米 油 さとう 春雨	豚肉 ベーコン	たまねぎ トマト にんにく しょうが にんじん ニラ しめじ	さつまいも さとう しょうゆ 酢 黒ゴマ 豆乳 りんごジュース
	大学芋 ソイりんご				
8/木	すずきのごまがらめ パンキンマセドアンサラダ きのこのすまし汁	米 さとう いりごま 油 じゃがいも マヨネーズ	すずき ロースハム 木綿豆腐	かぼちゃ 青ねぎ きゅうり にんじん たまねぎ しめじ えのき	なし りんご バナナ
	くだもの				
9/金	カップオムレツ カラフル羊煮 月見スープ	米 じゃがいも さとう	たまご ベーコン ちくわ もずく	パセリ 青ねぎ たまねぎ さといも にんじん コーン グリーンピース	ホットケーキミックス たまご さとう 米油 かぼちゃペースト
	うさぎ蒸しパン①③				
10/土	カレー風味焼きそば くだもの	焼きそば麺 油 焼きそばソース カレー粉	豚肉 花かつお 青のり	にんじん たまねぎ しめじ キャベツ バナナ	せんべい
	せんべい				
12/月	高野豆腐と野菜の煮物 春雨サラダ	米 さとう 春雨 ごま油 いりごま	高野豆腐 鶏肉 ツナ	たまねぎ コーン しめじ にんじん 干し椎茸 グリーンピース きゅうり	ホットケーキミックス たまご さとう バター ぎゅうにゅう 黒ゴマ
	黒ゴマケーキ①②③				
13/火	鮭南蛮 ポイルキャベツ パンキンスープ	米 かたくり粉 油 さとう マヨネーズ	鮭	しょうが かぼちゃ にんにく パセリ レモン汁 キャベツ にんじん たまねぎ	ヨーグルト パイナップル さとう ビスケット
	手作りフルーツヨーグルト②ビスケット				
14/水	麻婆豆腐 パンパンジー	米 油 さとう かたくり粉 春雨 ごま油 ねりごま	木綿豆腐 豚ミンチ 赤みそ ささみ	にんじん コーン ピーマン たまねぎ 干し椎茸 しょうが 青ねぎ きゅうり	おさつスティック 玄米このは
	かみかみおやつ				

9月分 給食献立予定食材表

曜日	献立名	材料名			
		熱や力になるもの	血や肉・骨をつくるもの	体の調子をととのえるもの	おやつ
15/木	キーフ風フィッシュカツ ほうれん草の三色和え もずくのすまし汁	米 マヨネーズ 油	さわら バター 大豆フレーク ツナ 木綿豆腐 もずく	パセリ ほうれん草 にんじん たまねぎ しめじ 青ねぎ	食パン マヨネーズ さとう ぎゅうにゅう コーン 豆乳 オレンジジュース
	コーンクリームトースト①②③ソイオレンジ				
16/金	カレーシチュー コーンキャベツ	米 油 じゃがいも ルウ	牛肉 ベーコン	にんにく コーン しょうが たまねぎ にんじん かぼちゃ キャベツ	ホットケーキミックス さとう たまご バター ぎゅうにゅう ココア
	ブラウニーケーキ①②③				
17/土	野菜たっぷりラーメン チーズ	中華麺	豚肉 チーズ	キャベツ もやし にんじん 青ねぎ	せんべい
	せんべい				
20/火	さばのみそ煮 ひじきと大豆の煮物 のっぺい汁	米 糸こんにやく さとう つきこんにやく かたくり粉 ごま油	さば みそ ひじき 大豆 油揚げ 鶏肉 厚揚げ	にんじん しいたけ 干し椎茸 青ねぎ さやいんげん だいこん にんじん さといも	ホットケーキミックス たまご さとう 米油 牛乳 抹茶 あずき
	抹茶と小豆の蒸しパン①③				
21/水	照り焼きチキン きゅうり昆布 豚汁フォー	米 さとう いりごま フォー	鶏肉 塩昆布 豚肉 木綿豆腐 油揚げ みそ	しょうが きゅうり にんじん だいこん 青ねぎ	食パン きなこ さとう 豆乳
	きなこクリームサンド①②				
22/木	豆腐と豚肉の旨煮 切干大根のシャキシャキサラダ	米 油 かたくり粉 マヨネーズ ボン酢	豚肉 木綿豆腐 ツナ 糸かつお	たまねぎ 切干大根 にんじん きゅうり えのき コーン しょうが 青ねぎ	米 もち米 きなこ さとう
	おはぎ				
26/月	酢鶏 もずくの中華スープ	米 油 さとう かたくり粉	鶏肉 木綿豆腐 もずく	たまねぎ にんじん ピーマン しいたけ 青ねぎ	豚肉 かつお 青ねぎ 焼きそば麺 お好み焼き粉 キャベツ 天かす たまご ソース
	モダン焼き①③				
27/火	さわらの西京焼き 平天とごぼうの甘辛炒め みそ汁	米 さとう 糸こんにやく ごま油	さわら みそ 平天 油揚げ 木綿豆腐	にんじん ごぼう グリーンピース たまねぎ 青ねぎ	米 さつまいも えのき しめじ
	さつまいもときのこのおにぎり				
28/水	手羽元のさつぱり煮 ツナともやしの和え物 畑のスープ	米 さとう いりごま じゃがいも	手羽元 ツナ ベーコン	しょうが パセリ もやし きゅうり にんじん たまねぎ しめじ	芋けんぴ いわしっ子 豆乳 りんごジュース
	かみかみおやつ ソイりんご				
29/木	鮭のしょうが焼き ほうれん草のなめたけ和え みそワナンタンスープ	米 さとう ワナンタンの皮	鮭 豚肉 みそ	しょうが 青ねぎ ほうれん草 にんじん えのき たまねぎ はくさい	なし りんご バナナ
	くだもの				
30/金	鶏肉の塩だれ焼き ごぼうサラダ 沢煮椀	米 さとう いりごま ごまドレッシング 春雨	鶏肉 ツナ 豚肉	白ねぎ たけのこ にんにく ごぼう にんじん きゅうり えのき	ジャムパン
	おたのしみパン①②				

※アレルギー物質※

- 1、小麦
- 2、乳・乳製品
- 3、卵
- 4、その他