

令和8年9月 学校給食予定献立表(小学校)

に ち	よ う び	こんだてめい ◆：よくかんでたべよう	エネルギーのもとになる (き)	からだをつくる (あか)	からだのちょうしをととのえる (みどり)	エネルギー (kcal)
						たんぱくし (g)
3	木	ごはん きゅうにゅう とりにくのレモンソース(2こ) マカロニサラダ ラッキーコンソメスープ	ごはん あぶら でんぶん さとう マカロニ ノンエッグマヨネーズ	きゅうにゅう とりにく ベーコン ハム(とり)	レモン キャベツ きゅうり かぼちゃ はくさい たまねぎ とうもろこし にんじん パセリ	688
						27.0
4	金	ポークハヤシライス(むぎごはん) きゅうにゅう フランクフルト レタスとわかめのちゅうかサラダ	ごはん むぎ あぶら さとう ごまあぶら ビーフルウ こむぎこ	きゅうにゅう ぶたにく フランクフルト(とり) わかめ	レタス きゅうり たまねぎ にんじん グリンピース マッシュルーム トマト にんにく	632
						23.2
7	月	ごはん ふりかけ きゅうにゅう ゴーヤのかきあげ ひねボンあえ◆ とんじる	ごはん あぶら こむぎこ さとう じゃがいも	きゅうにゅう ハム(とり) ぶたにく とりにく あぶらあげ みそ	にがうり たまねぎ かぼちゃ とうもろこし キャベツ ゆず こまつな だいこん にんじん えのきだけ ねぶかねぎ	632
						23.4
8	火	ピビンバ(むぎごはん) きゅうにゅう ミニぎょうざスープ ぶどうゼリー	ごはん むぎ あぶら しろごま さとう ごまあぶら ゼリー ぎょうざのかわ	きゅうにゅう ぎゅうにく ぎょうざのぐ(ぶた・とり)	しょうが にんにく たまねぎ だいずもやし ほうれんそう はねぎ ねぶかねぎ ぜんまい ほししいたけ パプリカ(あか) はくさい にんじん	664
						23.4
9	水	ごはん きゅうにゅう しろみざかなのいそべフライ キャベツのしおこんぶあえ じゃがいものそばろに	ごはん あぶら こむぎこ パンこ さとう ごまあぶら じゃがいも	きゅうにゅう ホキ あおのり こんぶ とりにく	キャベツ ビーマン たまねぎ こんにゃく にんじん さやいんげん	631
						25.5
10	木	ごはん きゅうにゅう ハンバーグケチャップソース ポテトサラダ ウインナーとレタスのスープ	ごはん あぶら さとう でんぶん じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	きゅうにゅう ハンバーグ(とり・ぶた) ハム(とり) ウインナー(ぶた)	トマト きゅうり レタス たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ	643
						23.7
11	金	ごはん きゅうにゅう いわしのかばやきふう やさいのうめあえ かきたまそうめんじる	ごはん あぶら でんぶん さとう しろごま そうめん	きゅうにゅう たまご いわし ハム(ぶた) あぶらあげ	しょうが キャベツ きゅうり うめばし とうがん たまねぎ にんじん はねぎ	634
						28.3
14	月	ごはん きゅうにゅう ぶたにくのさっぱりいため ささみとやさいのごまドレあえ じゃがいものみそしる	ごはん あぶら さとう しろごま ドレッシング じゃがいも	きゅうにゅう ぶたにく とりにく とうふ あぶらあげ みそ	キャベツ ビーマン たまねぎ パプリカ(あか) しょうが もやし ほうれんそう はねぎ にんじん えのきだけ	628
						28.6
15	火	ごはん きゅうにゅう はるまき マーボーなす ちゅうかスープ	ごはん あぶら はるまきのかわ さとう でんぶん	きゅうにゅう はるまきのぐ(ぶた) ぶたにく とりにく みそ とうふ	なす たまねぎ ねぶかねぎ たけのこ しょうが はねぎ はくさい チンゲンサイ にんじん ほししいたけ	632
						20.2
16	水	ごはん きゅうにゅう セルフそぼろどんのぐ やさいのたくあんあえ ゆばのすましじる れいとうみかん	ごはん あぶら さとう	きゅうにゅう とりにく ゆば あぶらあげ	ごぼう しょうが グリンピース たくあん もやし こまつな はくさい えのきだけ にんじん はねぎ たまねぎ みかん	641
						29.0
17	木	ごはん きゅうにゅう とりにくのオーロラソース チンゲンサイとハムのサラダ えびだんごスープ	ごはん あぶら でんぶん さとう ドレッシング	きゅうにゅう とりにく みそ えびだんご(えび・さかなすりみ) わかめ ハム(ぶた)	たまねぎ えだまめ チンゲンサイ キャベツ とうもろこし だいこん もやし にんじん ねぶかねぎ	634
						31.5
18	金	ナン きゅうにゅう ひよこまめいりカレーミート ツナサラダ はくさいとチキンのスープ とうにゅうプリン	ナン あぶら こめコカレールウ でんぶん プリン ノンエッグマヨネーズ	きゅうにゅう ぶたにく ひよこまめ ツナ とりにく	たまねぎ にんじん トマト グリンピース しょうが しめじ にんにく きゅうり キャベツ はくさい もやし さやいんげん	649
						25.3
24	木	ごはん きゅうにゅう あじのこうみやり きんぴらごぼろ◆ あつあげとさつまいものみそしる	ごはん あぶら しろごま さとう ごまあぶら さつまいも	きゅうにゅう あじ ぶたにく なまあげ みそ	しょうが にんにく ごぼう こんにゃく さやいんげん にんじん たまねぎ はくさい えのきだけ はねぎ	621
						27.8
25	金	えだまめごはん(むぎいり) きゅうにゅう とりにくのてりやき もやしのゆずボンずあえ いもだんごじる おつきみゼリー	ごはん むぎ あぶら さとう でんぶん いもだんご ゼリー	きゅうにゅう わかめ とりにく ハム(ぶた) あぶらあげ	えだまめ もやし キャベツ ゆず だいこん たまねぎ にんじん はねぎ	631
						31.4
28	月	ごはん きゅうにゅう かぼちゃひきにくフライ ブロッコリーのレモンサラダ クリームスープ	ごはん あぶら こむぎこ ばんこ さとう じゃがいも こめこ パター	きゅうにゅう フライのぐ(ぶた) ハム(とり) ベーコン	かぼちゃ ブロッコリー キャベツ パプリカ(き) レモン たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ	619
						19.5
29	火	ごはん きゅうにゅう ぶたにくのバーベキューソース あおのりポテト すりごまけんちんじる	ごはん あぶら さとう でんぶん じゃがいも しろごま	きゅうにゅう ぶたにく あおのり とりにく とうふ	にんにく ねぶかねぎ しょうが りんご ごぼう だいこん にんじん えのきだけ はねぎ	609
						24.7
30	水	ごはん きゅうにゅう さんまのたつたあげ キャベツのごますあえ がんもとだいこんのうまに	ごはん あぶら でんぶん さとう しろごま	きゅうにゅう さんま とりにく ぶたにく がんもどき	しょうが キャベツ きゅうり だいこん たまねぎ にんじん さやいんげん	688
						32.6

- ※ 材料の都合等により、献立の一部を変更することがあります。給食実施日については、各校の行事予定等でお確かめ下さい。
- ※ 食材料については主なもののみ記してあります。アレルギー等で食材料表が必要な方はセンターまでご連絡ください。
- ※ たつの市産(予定) …こめ・かぼちゃ・きゅうり・ピーマン