

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)
						たんぱくしつ (g)
3	木	ごはん ぎゅうにゅう だいがくいも むしえびしゅうまい(2こ) はっほうさい	ごはん あぶら でんぶん さつまいも さとう みずあめ くるごま しゅうまいのかわ	ぎゅうにゅう しゅうまいのぐ(えび・たら) ぶたにく	しょうが にんにく はくさい にんじん たけのこ きくらげ たまねぎ さやいんげん	640
						20.6
4	金	ナン ぎゅうにゅう ひよこまめいりミートソース ポテトサラダ コンソメスープ パイナップル	ナン あぶら ハヤシルウ でんぶん じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう とりにく ひよこまめ ハム(とり) ウインナー(ぶた)	たまねぎ グリンピース きゅうり とうもろこし カリフラワー ブロッコリー キャベツ にんじん パイナップル	621
						24.5
7	月	ごはん ぎゅうにゅう かぼちゃとひきにくのフライ ごぼうとささみのサラダ ゆばのすましじる	ごはん あぶら こむぎこ パンこ さとう ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう フライのぐ(ぶた) とりにく ゆば あぶらあげ	かぼちゃ えのきたけ きゅうり キャベツ たまねぎ にんじん しめじ ごぼう はねぎ	615
						19.7
8	火	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのさっぱりいため ピーマンのこんぶあえ こんさいのごまじる	ごはん あぶら さとう しろごま	ぎゅうにゅう みそ ぶたにく とりにく ハム(とり) こんぶ とうふ あぶらあげ	たまねぎ キャベツ もやし しょうが ピーマン ごぼう だいこん ねぶかねぎ にんじん なましいたけ	619
						28.0
9	水	ごはん ぎゅうにゅう いわしフライ ゴーヤチャンプル ラッキーもずくスープ	ごはん あぶら こむぎこ パンこ さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう いわし ぶたにく とうふ たまご もずく とりにく	にがり たまねぎ チンゲンサイ もやし にんじん しめじ えのきたけ	624
						26.3
10	木	ごはん ぎゅうにゅう うめチキン フレンチサラダ そうめんじる ぶどうゼリー	ごはん あぶら さとう でんぶん そうめん ゼリー	ぎゅうにゅう とりにく なまあげ かまぼこ	うめぼし レタス はねぎ キャベツ ブロッコリー パプリカ(あか) オクラ たまねぎ にんじん	617
						28.6
11	金	ごはん ぎゅうにゅう いかのからあげ◆ ちゅうかきゅうり じゃがとりキムチ	ごはん あぶら でんぶん ごまあぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう いか とりにく	しょうが きゅうり にんにく たまねぎ こんにゃく にら はくさいキムチ	629
						25.8
14	月	ごはん ぎゅうにゅう ハンバーグきのこソース スッキーニのきんぴら なすのみそじる	ごはん あぶら でんぶん しろごま さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう ハンバーグ(ぶた・とり) ちくわ なまあげ みそ	マッシュルーム しめじ なす えのきたけ スッキーニ ごぼう パプリカ(あか) キャベツ にんじん たまねぎ	618
						25.0
15	火	ごはん ぎゅうにゅう なつやさいかきあげ たことわかめのすのもの◆ けんちんじる なし	ごはん あぶら じゃがいも こむぎこ さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう ハム(とり) わかめ たこ とうふ	にがり たまねぎ なし かぼちゃ とうもろこし きゅうり だいこん はねぎ ごぼう にんじん こんにゃく	644
						21.3
16	水	ごはん ぎゅうにゅう あじのみそマヨやき たくあんあえ じゃがいものそぼろに	ごはん あぶら ノンエッグマヨネーズ じゃがいも さとう でんぶん	ぎゅうにゅう あじ みそ とりにく	たくあん もやし ほうれんそう たまねぎ こんにゃく にんじん さやいんげん	620
						28.0
17	木	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのレモンソース(2こ) コールスロー トマトとたまごのスープ	ごはん あぶら でんぶん さとう ドレッシング	ぎゅうにゅう とりにく ツナ たまご ベーコン	レモン とうもろこし キャベツ トマト たまねぎ にんじん パセリ	670
						29.6
18	金	なつやさいかレーライス(むぎごはん) ぎゅうにゅう かぼちゃとウインナーのチーズやき かいそうサラダ	ごはん むぎ あぶら ノンエッグマヨネーズ さとう ごまあぶら じゃがいも こめカレーウ	ぎゅうにゅう ウインナー(とり) チーズ ハム(ぶた) かいそう ぎゅうにく	かぼちゃ ブロッコリー なす レタス きゅうり しょうが スッキーニ とうもろこし たまねぎ にんにく ピーマン	699
						23.2
24	木	ごはん ぎゅうにゅう さんまのかばやきふう ほうれんそうのごまあえ とうがんのみそじる	ごはん あぶら でんぶん さとう しろごま	ぎゅうにゅう さんま とうふ わかめ みそ	しょうが ほうれんそう とうもろこし もやし とうがん たまねぎ にんじん	637
						23.0
25	金	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのねぎソース キャベツのうめあえ いもだんごじる おつきみゼリー	ごはん あぶら さとう でんぶん いもだんご ゼリー	ぎゅうにゅう とりにく ハム(ぶた) あぶらあげ	ねぶかねぎ しょうが キャベツ もやし うめぼし はくさい たまねぎ にんじん はねぎ	603
						30.0
28	月	ごはん ぎゅうにゅう あげこめこぎょうざ(2こ) きりほしだいこんのナムル マーボーなす	ごはん あぶら ぎょうざのかわ ごまあぶら さとう でんぶん	ぎゅうにゅう ぎょうざのぐ(ぶた) とうふ とりにく みそ	きりほしだいこん にんにく チンゲンサイ にんじん なす たまねぎ しょうが たけのこ ほししいたけ ねぶかねぎ	611
						20.9
29	火	コッペパン ぎゅうにゅう タンドリーチキン かぼちゃサラダ キャベツとウインナーのスープ プリンふうデザート	パン あぶら じゃがいも ノンエッグマヨネーズ プリンふうデザート	ぎゅうにゅう とりにく ヨーグルト ハム(ぶた) ウインナー(とり)	かぼちゃ グリンピース キャベツ たまねぎ とうもろこし パセリ	611
						31.5
30	水	くりわかめごはん(むぎいり) ぎゅうにゅう たちうおのしおやき とうがんのそぼろに あつあげとさつまいものみそじる	ごはん むぎ あぶら くり さとう でんぶん さつまいも	ぎゅうにゅう わかめ たちうお とりにく なまあげ みそ	とうがん さやいんげん しょうが たまねぎ えのきたけ にんじん ねぶかねぎ	625
						26.3

※ 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・なす・ピーマン