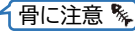
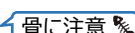
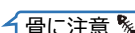
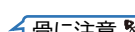
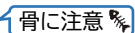
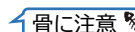


9月 献立表



日	曜日	こんだて	スプーン	主な材料と体内での働き		
				黄	赤	緑
				エネルギーのもとになる	体をつくるもとになる	体の調子を整える
3	火	ごはん 牛乳 にくだんご チンゲンサイのあえもの あつあげのちゅうかに		こめ ごまあぶら なたねあぶら さとう でんぷん	牛乳 とりにく あつあげ	たまねぎ もやし チンゲンサイ キャベツ にんじん ほししいたけ しょうが
4	水	★ぼうさいのひこんだて★ ごはん 牛乳 いわしのしょうがに  骨に注意  かんぶつのあえもの ぶたじる しそふりかけ		こめ じゃがいも	牛乳 いわし わかめ とりにく ぶたにく みそ	しょうが きりぼしだいこん たまねぎ にんじん あおねぎ しそ
5	木	かとうコッペパン 牛乳 とりにくのガーリックやき ブロッコリーサラダ トマトスープ		かとうコッペパン ごま ドレッシング	牛乳 とりにく ベーコン	にんにく ブロッコリー にんじん たまねぎ はくさい トマト エリンギ パセリ
6	金	ごはん 牛乳 ぶたにくのなんばんづけ しそひじきあえ すましじる		こめ でんぷん なたねあぶら さとう	牛乳 ぶたにく ひじきのつくだに かまぼこ とうふ	キャベツ こまつな たまねぎ にんじん あおねぎ
9	月	★カルちゃんのひ★ ごはん 牛乳 きびなごフライ  骨に注意  きのこあえ とりじゃが		こめ じゃがいも なたねあぶら さとう	牛乳 きびなご とりにく	こまつな もやし えのきのつくだに たまねぎ にんじん こんにゃく
10	火	★せんいちゃんのひ★ ミートソーススパゲティ 牛乳 (ソフトめん ミートソース) いかのバジルやき オクラとコーンのサラダ 		ソフトめん なたねあぶら ルウ ドレッシング	牛乳 ぶたにく とりにく いか	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト バジル オクラ とうもろこし
11	水	★じゅうごやこんだて★ ごはん 牛乳 とりにくとさといものさっぱり にんがあえ つきみじる(小学校) すましじる(幼稚園) 		こめ さといも さとう	牛乳 とりにく こんぶ つみれ(小学校のみ)	にんにく しょうが はくさい ほうれんそう たまねぎ にんじん しめじ あおねぎ
12	木	しよくパン 牛乳 ハンバーグ かぼちゃサラダ コンソメスープ		しよくパン たまごなしマヨネーズ	牛乳 とりにく	たまねぎ かぼちゃ きゅうり キャベツ にんじん
13	金	ごはん 牛乳 かつおのあまからがらめ  骨に注意 うめあえ とうがんのみそじる		こめ でんぷん なたねあぶら さとう	牛乳 かつお あぶらあげ わかめ みそ	キャベツ にんじん うめ とうがん しめじ しろねぎ
17	火	★しよくいくのひ★ ～さかなをたべよう～ ごはん 牛乳 さばのみそに  骨に注意  もやしのあまずあえ とりごぼうじる		こめ さとう なたねあぶら	牛乳 さば みそ わかめ とりにく	しょうが もやし にんじん ごぼう たまねぎ あかこんにゃく あおねぎ
18	水	ポークカレーライス 牛乳 (ごはん ポークカレー) えびフリッター キャベツサラダ 		こめ じゃがいも なたねあぶら ルウ こむぎこ ドレッシング	牛乳 ぶたにく えび	たまねぎ にんじん キャベツ みずな あかピーマン
19	木	しよくパン 牛乳 とりにくのマーマレードやき とうがんサラダ クリームスープ 		しよくパン マーマレード さとう なたねあぶら ルウ	牛乳 とりにく ベーコン	にんにく とうがん きゅうり とうもろこし たまねぎ にんじん マッシュルーム ほうれんそう
20	金	★しがのひ★ ごはん 牛乳 わかさぎのからあげ  骨に注意  おひたし うちまめじる		こめ でんぷん なたねあぶら	牛乳 わかさぎ だいず あぶらあげ みそ	はくさい こまつな だいこん にんじん あおねぎ
24	火	★たのしいえほんきゅうしよく★ ～にくのくにきゅうしよく～ ごはん 牛乳 あつやきたまご  カリカリあえ すきやきに		こめ ちょうじふ さとう	牛乳 たまご ぎゅうにく やきどうふ	キャベツ さやいんげん つぼづけ こんにゃく もやし たまねぎ ごぼう えのきたけ あおねぎ
25	水	★おたんじょうびきゅうしよく★ ごはん 牛乳 ぶたにくのしょうがやき ゆかりあえ あぶらあげのみそじる スイートポテト 		こめ なたねあぶら スイートポテト	牛乳 ぶたにく あぶらあげ みそ	たまねぎ しょうが もやし ほうれんそう しそ だいこん にんじん しめじ しろねぎ
26	木	★てっちゃんのひ★ コッペパン 牛乳 とりレバーとポテトのケチャップがらめ  ツナサラダ オニオンスープ		コッペパン でんぷん じゃがいも なたねあぶら さとう ドレッシング	牛乳 とりレバー まぐろ	レタス にんじん たまねぎ セロリ ほうれんそう
27	金	ごはん 牛乳 さけのからあげ  骨に注意 チャプチェ わかめスープ		こめ でんぷん なたねあぶら はるさめ ごまあぶら	牛乳 さけ ぶたにく とりにく わかめ	たまねぎ あかピーマン にら にんにく はくさい にんじん たけのこ チンゲンサイ
30	月	ごはん 牛乳 ヒレカツ れんこんのきんぴら あかだし		こめ パンこ なたねあぶら さとう	牛乳 ぶたにく とりにく とうふ あぶらあげ みそ	れんこん ごぼう にんじん さやいんげん なめこ たまねぎ みつば

☆学校行事や材料等の都合により、献立が一部変更になることがありますので、ご了承ください。
☆給食費引き落とし日までに、通帳の確認をお願いいたします。
☆行事等による給食の中止や変更は、各校園のお便り等で確認をお願いいたします。



令和6年度
8・9月 いただきます

