

🍇 9月の給食こんだて表 🍩🐰🍌🐰🍷

(I地区)

ひ に ち	よ う び	こんだてめい	ざいりょう			エネルギー kcal たんぱく質 g
			おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体をつくるもとになる食品	おもに体の調子を整えるもとになる食品	
2	月	ちゅうかどん	こめ あぶら さとう でんぷん	ぶたにく イカ エビ	はくさい チンゲンサイ たまねぎ にんじん たけのこ ふかねぎ しいたけ しょうが	618 23.4
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		はるまき	あぶら はるまき			
		もやしのごますあえ	ごま さとう		もやし にんじん きゅうり	
3	火	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		611 25.6
		さわにわん		ぶたにく	たけのこ ごぼう にんじん こねぎ しいたけ えのきたけ	
		とりにくのてりやき	さとう	とりにく	しょうが	
		アーモンドあえ	さとう アーモンド		キャベツ もやし にんじん	
4	水	コッペパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		608 24.2
		やさいスープ		ベーコン	キャベツ たまねぎ にんじん パセリ	
		なすとひきにくのスパゲティ	スパゲティ オリーブオイル	ぎゅうにく ぶたにく	なす たまねぎ にんじん トマト	
		なし			なし	
5	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ むぎ	ぎゅうにゅう		611 25.9
		かきたまじる	でんぷん	たまご とうふ はんぺん	たまねぎ にんじん こねぎ	
		さかなのあんかけ	でんぷん あぶら さとう	アジ	たまねぎ ピーマン パプリカ とうもろこし	
		ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		
6	金	ちくぜんに	じゃがいも さとう あぶら	とりにく あげかまぼこ	たけのこ にんじん ごぼう こんにやく いんげん	616 19.6
		きゅうりとほろさめのすのもの	はるさめ ごま ごまあぶら さとう		きゅうり にんじん	
		しそあじひじき		しそあじひじき		
		ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		
9	月	キャベツとにくだんごのスープ		つくね	キャベツ たまねぎ にんじん こねぎ しいたけ	602 27.2
		しるみざかなのこうそうやき	あぶら	ホキ	パセリ パジル	
		カラフルサラダ	あぶら さとう		きゅうり とうもろこし えだまめ パプリカ レモン	
		ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		
10	火	キムチチャーハン	こめ さとう ごまあぶら	ぶたにく	にんじん たまねぎ はくさいキムチ	623 20.5
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		トック	トック ごまあぶら	たまご とりにく	にんじん たまねぎ チンゲンサイ しょうが	
		ごぼうのナッツがらめ	こむぎこ でんぷん あぶら アーモンド さとう		ごぼう	
11	水	コッペパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		628 25.2
		かぼちゃのミルクスープ	じゃがいも	ベーコン チーズ ぎゅうにゅう	かぼちゃ たまねぎ にんじん パセリ	
		にこみハンバーグ	あぶら さとう	ハンバーグ	たまねぎ しめじ	
		ゆでキャベツ			キャベツ	
12	木	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		666 24.6
		にくじゃが	じゃがいも さとう あぶら	とりにく	たまねぎ にんじん いんげん こんにやく	
		サンマのみぞれに		サンマのみぞれに		
		きゅうりとわかめのすのもの	さとう	わかめ	きゅうり	
13	金	ハヤシライス(むぎ)	こめ むぎ あぶら バター こむぎこ	ぎゅうにく ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん トマト	618 19.6
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		コールスロー	さとう あぶら		キャベツ にんじん とうもろこし レモン	
		ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		
17	火	わかめごはん ぎゅうにゅう	こめ	わかめ ぎゅうにゅう		626 21.0
		しらたまじる	しらたま	とりにく はんぺん	たまねぎ こまつな ふかねぎ	
		こうやどうふのそぼろあんかけ	でんぷん しょうしんこ あぶら さとう	こおりどうふ ぶたにく	たまねぎ にんじん いんげん しょうが	
		じゅうごやゼリー	ゼリー			
18	水	パンパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		607 23.3
		ポテトスープ	じゃがいも	とりにく	たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ	
		マカロニグラタン	マカロニ なまクリーム バター ホワイトソース	ベーコン チーズ ぎゅうにゅう	たまねぎ マッシュルーム	
		ミニトマト			トマト	
19	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	むぎ こめ	ぎゅうにゅう		664 26.4
		マーボーどうふ	さとう でんぷん あぶら ごまあぶら	とうふ ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん こねぎ しょうが しいたけ	
		やきぎょうざ		ぎょうざ		
		ちゅうかあえ	さとう ごま ごまあぶら		キャベツ きゅうり もやし にんじん	
20	金	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		663 24.4
		みそしる	じゃがいも	あぶらあげ みそ	なす たまねぎ こねぎ	
		サバのからあげ	あぶら でんぷん	サバ		
		ほしだいこんのいために	さとう あぶら	ぶたにく	だいこん にんじん いんげん	
24	火	ごとうさんさいごはん	こめ あぶら さとう	とりにく ひじき	だいこん にんじん グリンピース	600 21.2
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		ごとうどん	うどん	はんぺん あぶらあげ	にんじん ごぼう たまねぎ ふかねぎ	
		きびなごのカリカリフライ	あぶら	きびなごのカリカリフライ		
25	水	ゆかりあえ			キャベツ にんじん あかしそ	660 30.8
		こめこパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		
		チリコンカン	あぶら	ぎゅうにく ぶたにく だいず	たまねぎ にんじん	
		オムレツ		オムレツ		
26	木	ごまドレッシングサラダ	ごま さとう あぶら		キャベツ きゅうり もやし にんじん	677 23.9
		ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		
		とうがんスープ		ぶたにく あつあげ	とうがん にんじん いら きくらげ	
		とりにくとカシューナッツのいための	さとう あぶら カシューナッツ でんぷん	とりにく	しょうが ピーマン たけのこ たまねぎ にんじん	
27	金	ポークカレーライス(むぎ)	こめ むぎ じゃがいも あぶら	ぶたにく ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん りんご	658 22.2
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		えだまめサラダ	さとう あぶら		えだまめ キャベツ きゅうり とうもろこし	
		ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		
30	月	うまに	じゃがいも さとう あぶら	とりにく あげかまぼこ	たまねぎ にんじん こんにやく いんげん	650 23.9
		やきししゃも		ししゃも		
		たかなそぼろ	ごまあぶら さとう	ぶたにく	だいこん しょうが たかな	
		ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		

※都合により献立内容を変更することがあります。

(令和6年9月 大村市教育委員会)

**9月の学校給食費の納付期限(口座振替日)は、9月30日です。**