

日 曜		献 立 名		おもに使われる食品名			アレルギー物質該当原材料名 (食品表示法に基づく28品目)	栄 養 価	
				おもに熱や力になる食品 (きいろ)	おもに血や肉や骨になる食品 (あか)	おもにからだの調子をととのえる食品 (みどり)		エネルギー kcal	蛋白質 g
1	月	ごはん		ごはん				701	24.5
		牛乳			牛乳		乳		
		とりごぼう汁			とり肉 煮干し粉	ごぼう にんじん こんにゃく ねぎ	小麦 大豆 豚肉 鶏肉		
		ハンバーグの和風ソースかけ		ごま油 でんぶん さとう	ハンバーグ	にんにく たまねぎ	小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ごま	844	28.6
		切り干し大根のサラダ			茎わかめ	切り干し大根 にんじん きゅうり とうもろこし			
		和風ドレッシング		和風ドレッシング			小麦 大豆 豚肉 鶏肉 りんご		
2	火	〇いちごクレープ		いちごクレープ			大豆	661	26.8
		ごはん		ごはん					
		牛乳			牛乳		乳		
		厚揚げと小松菜のみそ汁			煮干し粉 厚あげ みそ	にんじん こまつな ねぎ	大豆	804	31.8
		白身魚のフライ		油	ほきフライ		小麦 大豆		
		ソース					大豆 りんご		
3	水	きんぴらそばろごはんの具		油 さとう	とり肉	ごぼう にんじん しらたき いんげん	小麦 大豆 鶏肉	650	29.5
		中華めん		中華めん			小麦		
		牛乳			牛乳		乳		
		みそラーメンの汁		油 さとう ごま	ぶた肉 みそ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ もやし きくらげ にら	大豆 小麦 鶏肉 豚肉 牛肉 ゼラチン ごま	776	35.1
		蒸しぎょうざ(小2個・中2個)			ぎょうざ		小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ごま		
		えだまめ				えだまめ	大豆		
4	木	ツイストパン		ツイストパン			大豆 小麦	673	23.4
		牛乳			牛乳		乳		
		アルファベットスープ		アルファベットマカロニ	とり肉 ベーコン	にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン	小麦 大豆 乳 豚肉 鶏肉	797	27.1
		ハムサンドフライ		油 ハムサンドフライ			小麦 大豆 乳 卵 豚肉 鶏肉		
		はちみつレモンポンチ		はちみつレモンゼリー		みかん缶 パイン缶 黄桃缶	もも		
5	金	ごはん		ごはん				665	23.6
		ジョア(プレーン)			ジョア(プレーン)		乳		
		なす入りポークカレー		油 カレールウ じゃがいも	ぶた肉 粉チーズ スキムミルク	たまねぎ にんじん なす にんにく	小麦 大豆 乳 豚肉 鶏肉 りんご バナナ	845	29.7
		チキンナゲット(小2個・中3個)			チキンナゲット		小麦 大豆 乳 鶏肉		
		ブロッコリーと枝豆のサラダ				ブロッコリー カリフラワー にんじん えだまめ	大豆		
		イタリアンドレッシング		イタリアンドレッシング			小麦 大豆 豚肉 鶏肉 りんご		
8	月	ごはん		ごはん				706	21.3
		牛乳			牛乳		乳		
		なすと厚揚げのみそ汁		油	厚あげ 煮干し粉 みそ わかめ	たまねぎ なす	大豆		
		さばの西京焼き			さばの西京漬け		さば 大豆	846	24.9
		こんにゃくサラダ				こんにゃくサラダ きゅうり キャベツ			
		香ごまドレッシング		香ごまドレッシング			小麦 大豆 卵 ごま		
9	火	ごはん		ごはん				676	22.3
		牛乳			牛乳		乳		
		わかめの中華スープ		ごま油 ごま	わかめ	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ	小麦 大豆 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン ごま	828	27.1
		カレーコロッケ		油 カレーコロッケ			小麦 大豆 乳 牛肉 豚肉 りんご		
		三色そばろ		さとう	とり肉 炒り卵	グリンピース	小麦 大豆 卵 鶏肉		
10	水	わかめごはん	志多見小学校	わかめごはん				735	27.4
		コーヒーミルク			コーヒーミルク		乳		
		豚汁		油 じゃがいも	ぶた肉 煮干し粉 みそ とうふ	ごぼう にんじん だいこん ねぎ	大豆 豚肉		
		とりのから揚げ		油 でんぶん	鶏肉生しょうゆ漬け		小麦 大豆 鶏肉	877	32.6
		ほうれん草ともやしのナムル				ほうれん草 もやし にんじん			
		ナムルドレッシング		ナムルドレッシング			小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ごま		
11	木	コッペパン		コッペパン			大豆 小麦	640	23.6
		牛乳			牛乳		乳		
		ポークビーンズ		油 じゃがいも さとう	ぶた肉 大豆 粉チーズ	たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム	小麦 大豆 乳 豚肉 鶏肉	796	33.7
		チーズオムレツ			チーズオムレツ		乳 卵 大豆		
		杏仁豆腐		杏仁豆腐		みかん缶 パイン缶 黄桃缶	大豆 もも		
12	金	ごはん		ごはん				701	28.3
		牛乳			牛乳		乳		
		とうがんと豆腐のスープ		ごま油	とり肉 豆腐	しょうが にんじん たまねぎ とうがん しいたけ こまつな	大豆 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン ごま	856	33.6
		みそかつ		油 さとう	チキンカツ みそ		小麦 大豆 鶏肉		
		しらたきのソテー		油 さとう	ぶた肉	しょうが にんじん チンゲンサイ たけのこ しらたき	小麦 大豆 豚肉		
16	火	ごはん		ごはん				717	27.5
		牛乳			牛乳		乳		
		マーボー豆腐		ごま油 さとう でんぶん	ぶた肉 豆腐 みそ	しょうが にんにく しいたけ たまねぎ にんじん	小麦 大豆 牛肉 豚肉 ゼラチン ごま	861	31.6
		肉シュウマイ(小2個・中2個)			シュウマイ		小麦 大豆 豚肉 鶏肉		
		ごぼうサラダ				ごぼうサラダ とうもろこし	大豆 小麦 乳 卵 ごま		
17	水	地粉うどん		地粉うどん			小麦	645	24.1
		牛乳			牛乳		乳		
		きのこうどんの汁【統一献立】		ごま油	とり肉 油あげ	にんじん しめじ しいたけ えのきたけ なめこ ねぎ	小麦 大豆 鶏肉 ごま	787	28.9
		ゼリーフライ		油	ゼリーフライ		小麦 大豆		
		ボイル野菜				きゅうり キャベツ とうもろこし			
		和風ドレッシング		和風ドレッシング			小麦 大豆 豚肉 鶏肉 りんご		

9月		献立名	おもに使われる食品名			アレルギー物質該当原材料名 (食品表示法に基づく28品目)	栄養価	
日	曜		おもに熱や力になる食品 (きいろ)	おもに血や肉や骨になる食品 (あか)	おもにからだの調子をととのえる食品 (みどり)		エネルギー kcal	蛋白質 g
18	木	黒パン	黒パン			大豆 小麦	653	26.4
		牛乳		牛乳		乳		
		クリームシチュー	油 バター ジャがいも ホワイトルウ	とり肉 ベーコン 牛乳	たまねぎ にんじん ブロッコリー	小麦 大豆 乳 豚肉 鶏肉		
		エビカツ	油	エビカツ		小麦 えび		
		ほうれん草とコーンのソテー	油		ほうれん草 たまねぎ とうもろこし にんじん	小麦 大豆 乳 鶏肉		
19	金	ごはん	ごはん				735	23.9
		ジョア(マスカット)		ジョア(マスカット)		乳		
		チキンカレー	油 カレールウ ジャがいも	とり肉 粉チーズ スkimミルク	たまねぎ にんじん にんにく	小麦 大豆 乳 豚肉 鶏肉 りんご パナナ		
		大豆とさつまいもの甘辛和え	油 でんぶん ごま さとう	大豆	さつまいも	小麦 大豆 ごま		
		春雨サラダ	春雨		にんじん きゅうり			
		中華ごまドレッシング	中華ごまドレッシング			小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ゼラチン ごま		
22	月	ごはん	ごはん				685	25.8
		牛乳		牛乳		乳		
		大根と茎わかめのみそ汁		煮干し粉 豆腐 みそ 茎わかめ	だいこん えのきたけ ねぎ	大豆		
		キャベツメンチ	油	キャベツメンチ		小麦 大豆 豚肉		
		ソース				大豆 りんご		
		大豆の磯煮	油 さとう	ひじき とり肉 油あげ 大豆 さつまあげ	にんじん こんにゃく	小麦 大豆 鶏肉		
24	水	ごはん	ごはん				668	23.6
		牛乳		牛乳		乳		
		えのきとわかめのみそ汁		煮干し粉 みそ わかめ	だいこん えのきたけ ねぎ	大豆		
		いわしのかば焼き	油 さとう でんぶん	いわし		小麦 大豆		
		小松菜の煮びたし		油あげ	こまつな	小麦 大豆		
25	木	こどもパン	こどもパン			小麦 大豆	654	27.5
		牛乳		牛乳		乳		
		ポトフ	ジャがいも	ベーコン ぶた肉	にんじん たまねぎ だいこん マッシュルーム えだまめ	小麦 大豆 乳 鶏肉 豚肉		
		ハンバーグのてりやきソースかけ	さとう でんぶん	ハンバーグ		小麦 大豆 鶏肉 豚肉		
		ブロッコリーサラダ			ブロッコリー カリフラワー にんじん とうもろこし			
		ノンエッグマヨネーズ	ノンエッグマヨネーズ			大豆		
26	金	ごはん	ごはん				750	25.2
		牛乳		牛乳		乳		
		けんちん汁	油 さといも	煮干し粉 豆腐 油あげ	ごぼう にんじん だいこん こんにゃく こまつな	小麦 大豆		
		かぼちゃひき肉フライ	油	かぼちゃひき肉フライ		小麦 大豆 豚肉 りんご		
		ソース				大豆 りんご		
		キムタクごはんの具	油 ごま	ぶた肉	ねぎ つぼづけ はくさいキムチ	小麦 豚肉 大豆 ゼラチン りんご ごま		
29	月	ごはん	ごはん				627	20.6
		牛乳		牛乳		乳		
		卵とコーンの中華スープ	ごま油 でんぶん	とり肉 卵	にんじん とうもろこし ねぎ	小麦 大豆 卵 豚肉 鶏肉 牛肉 ごま ゼラチン		
		春巻き	油	春巻き		小麦 大豆 鶏肉 ごま		
		もやしと茎わかめのナムル		茎わかめ	もやし にんじん きゅうり			
		ナムルドレッシング	ナムルドレッシング			小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ごま		
30	火	ごはん	ごはん				666	26.8
		牛乳		牛乳		乳		
		せんべい汁	南部せんべい	とり肉 煮干し粉	ごぼう にんじん こんにゃく しめじ こまつな ねぎ	小麦 大豆 鶏肉		
		さばのみそ煮	さとう	さば みそ	しょうが	さば 大豆		
		ほうれん草ともやしのおひたし			ほうれん草 もやし にんじん			
		しょうゆ				小麦 大豆		

※ アレルギー表示は、特定原材料及び特定原材料に準ずるもの28品目を記載しています。

えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳
落花生(ピーナッツ)	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ
キウイフルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉
バナナ	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン

20回	平均栄養量	小学校	680	14.7
		中学校	822	30.0
	基準栄養量	小学校	650	21.2～32.5
		中学校	830	26.9～41.5

※ 材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。

※ ○印の献立は、業者から直接学校に配送されるものです。

※ 加須市内の給食センター（加須・騎西）では、季節に合わせて共通したメニュー【統一献立】を取り入れています。

※ 今月の地場産物は【米、きゅうり、なす、ジャがいも、とうがん、きくらげ】です。



お彼岸は、春と秋の年に2回あり、春分の日と秋分の日の前後7日間のことを言います。古くから、お墓参りをして先祖を供養する風習があります。

また、「暑さ寒さも彼岸まで」ということわざがあるように、季節の移り変わりをを感じる時期でもあります。

お彼岸の食べ物といえば、ごはんをつぶして丸め、小豆のあんで包んだ「おはぎ」があります。これは秋の花でもある「萩」にちなんだ呼び方で、春には「牡丹」にちなんで「ぼたもち」とも呼ばれます。

