



## 9月給食予定献立表



| 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<br>(食品表示法に基づく28品目)               | エネルギー<br>kcal | 蛋白質<br>g |                |
|----|---|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|---------------|----------|----------------|
|    |   |                                                         | おもにエネルギーのもとになる食品<br>(きいろ)                                 | おもに体をたくもつものになる食品<br>(あか)                                    | おもに体の調子をととのえるものになる食品<br>(みどり)                                     |                                                |               |          |                |
| 2  | 水 | ごはん                                                     | 米                                                         |                                                             |                                                                   |                                                | 386           | 14.0     |                |
|    |   | はっぱうさぎ<br>ごはんにかけて食べよう！                                  | 油 でん粉 ごま油                                                 | 豚肉 なたと えび いか                                                | しょうが たけのこ にんじん たまねぎ キャベツ<br>きくらげ チンゲンサイ                           | 小麦 豚肉 鶏肉 大豆 ごま えび いか                           |               |          |                |
|    |   | なしのフルーツポンチ                                              | なしゼリー ナタデココ                                               |                                                             | みかん もも バイン                                                        | もも                                             |               |          |                |
|    |   | 〇ひややつこ<br>しょうゆ                                          |                                                           | 豆腐                                                          |                                                                   | 大豆<br>小麦 大豆                                    |               |          |                |
| 3  | 木 | ごはん                                                     | 米                                                         |                                                             |                                                                   | 小麦 大豆                                          | 360           | 15.2     |                |
|    |   | とうふとおおなのすましじる                                           |                                                           | 魚すり身 団子 豆腐                                                  | にんじん たまねぎ えのきだけ こまつな                                              | 小麦 大豆                                          |               |          |                |
|    |   | ほっけのこうみやき                                               |                                                           | ほっけの香味漬                                                     |                                                                   | 小麦 大豆 ごま さけ                                    |               |          |                |
|    |   | ごまみそにくじゃが                                               | 油 じゃがいも ごま 砂糖                                             | 豚肉 みそ                                                       | しょうが にんじん たまねぎ こんにやく いんげん                                         | 小麦 豚肉 大豆 ごま                                    |               |          |                |
| 4  | 金 | わかめごはん<br>とんじり<br>とりにくのからあげ<br>もやしのナムル                  | 米<br>じゃがいも<br>でん粉 油                                       | わかめ<br>豚肉 豆腐 みそ<br>鶏肉の生蒸し しょうゆ漬                             | ごぼう にんじん だいこん こんにやく ねぎ                                            | 豚肉 大豆<br>小麦 鶏肉 大豆<br>小麦 豚肉 鶏肉 大豆 ごま            | 393           | 15.1     |                |
|    |   | ナムルドレッシング                                               |                                                           | もやし にんじん きゅうり                                               |                                                                   |                                                |               |          |                |
|    |   | フラワーロールパン                                               | フラワーロールパン                                                 |                                                             |                                                                   | 小麦 大豆                                          |               |          |                |
|    |   | はなやさいのコンソメスープ                                           | じゃがいも                                                     | ウインナー                                                       | にんじん たまねぎ キャベツ ブロッコリー カリフラワー パセリ                                  | 小麦 豚肉 鶏肉 大豆                                    |               |          |                |
| 7  | 月 | ほうれんそうとマカロニのグラタン                                        | ほうれんそうとマカロニのグラタン                                          |                                                             |                                                                   | 小麦 鶏肉 乳                                        | 329           | 13.2     |                |
|    |   | チリコンカン                                                  | 油 砂糖                                                      | 豚肉 大豆 ひよこ豆 大豆ミート                                            | しょうが にんにく たまねぎ にんじん トマト                                           | 小麦 豚肉 鶏肉 大豆 りんご                                |               |          |                |
|    |   | ごはん<br>ちゅうかスープ<br>はるまき                                  | 米<br>ごま油<br>油                                             | 9月9日は「重陽の節句」です。<br>食用菊や栗、なすを使った料理を食べて、秋の収穫をお祝いし、健康と長寿を祈ります。 | 鶏肉<br>春巻き                                                         | にんじん たまねぎ だいこん えのきだけ チンゲンサイ                    |               |          | 小麦 豚肉 鶏肉 大豆 ごま |
|    |   | なすいりマールボーあつあげ                                           | 油 砂糖 でん粉                                                  | 豚肉 生揚げ 大豆ミート みそ                                             | にんにく しょうが にんじん たまねぎ しいたけ もやし なす                                   | 小麦 豚肉 鶏肉 大豆 ごま                                 |               |          |                |
| 9  | 水 | ごはん<br>あじつけのり                                           | 米                                                         |                                                             |                                                                   | 小麦 大豆 えび                                       | 441           | 17.9     |                |
|    |   | どさんこじる                                                  | じゃがいも                                                     | 豚肉 豆腐 みそ                                                    | にんにく にんじん たまねぎ とうもろこし もやし<br>ほうれんそう                               | 豚肉 大豆                                          |               |          |                |
|    |   | わふうハンバーグ<br>キャベツのそくせきづけ                                 | 砂糖 でん粉<br>砂糖 ごま                                           | ハンバーグ                                                       | だいこん しょうが<br>きゅうり にんじん キャベツ しょうが                                  | 小麦 豚肉 鶏肉 大豆<br>小麦 大豆 ごま                        |               |          |                |
|    |   | きしめん<br>きしめんのはる<br>いわしのてんぷら                             | きしめん<br>油<br>油                                            | 鶏肉 かまぼこ 油揚げ<br>いわしの天ぷら                                      | にんじん たまねぎ しいたけ しめじ ほうれんそう ねぎ                                      | 小麦<br>小麦 鶏肉 大豆<br>小麦                           |               |          |                |
| 10 | 木 | きりぼしだいこんのごまあえ                                           | ごま 砂糖                                                     |                                                             |                                                                   | 切干大根 もやし にんじん きゅうり                             | 小麦 大豆 ごま      | 385      | 14.5           |
|    |   | もちむぎごはん                                                 | もち麦 米                                                     |                                                             |                                                                   |                                                | 小麦            |          |                |
|    |   | ポークカレー                                                  | 油 じゃがいも カレールウ                                             | 豚肉 豆乳                                                       | しょうが にんにく たまねぎ にんじん トマト りんご                                       | 小麦 豚肉 鶏肉 大豆 りんご                                |               |          |                |
|    |   | チーズオムレツ<br>ブロッコリーのソテー                                   | 油                                                         | チーズオムレツ<br>ウインナー                                            | にんにく にんじん とうもろこし ブロッコリー                                           | 卵 乳 大豆<br>小麦 豚肉 鶏肉 大豆                          |               |          |                |
| 14 | 月 | ごはん<br>もずくのみそじる<br>かつおフライのごまソースがけ<br>きゅうりともやしのちゅうかあえ    | 米<br>油 ごま 砂糖<br>砂糖 ごま油                                    | 米<br>もずく 豆腐 油揚げ みそ<br>かつおフライ                                | だいこん キャベツ ねぎ<br>小麦 大豆 ごま りんご<br>もやし にんじん きゅうり                     | 大豆<br>小麦 大豆 ごま りんご<br>小麦 大豆 ごま                 | 385           | 15.0     |                |
|    |   | コッペパン<br>ジュリアンソース<br>やきフランクフルト<br>やきそば                  | コッペパン<br>ジュリアン<br>油 中華麺                                   | ベーコン<br>フランクフルト<br>豚肉 青のり                                   | にんじん だいこん たまねぎ えのきだけ ほうろく パセリ                                     | 小麦 大豆<br>小麦 豚肉 鶏肉 大豆<br>豚肉<br>小麦 豚肉 鶏肉 大豆 りんご  |               |          |                |
|    |   | ごはん<br>しろだしのにくどうふ<br>ちくわのかりんあげ<br>ひじきのにももの              | 米<br>小麦粉 砂糖 油<br>油 砂糖                                     | 豚肉 生揚げ 豆腐<br>焼きたけのこ<br>鶏肉 ひじき さつま揚げ                         | だいこん にんじん しめじ ねぎ<br>しいたけ ごぼう にんじん こんにやく えだまめ                      | 小麦 豚肉 大豆 さば<br>小麦 大豆<br>小麦 鶏肉 大豆               |               |          |                |
|    |   | メロンパン<br>コロコロやさいのトマトスープ<br>タンドリーチキン<br>マカロニとツナのマヨネーズソテー | メロンパン<br>油 じゃがいも 砂糖<br>ノンエッグマヨネーズ マカロニ                    | ベーコン<br>タンドリーチキン<br>まぐろ油漬                                   | にんじん たまねぎ マッシュルーム トマト パセリ                                         | 小麦 大豆<br>小麦 豚肉 鶏肉 大豆<br>乳 小麦 鶏肉 大豆<br>小麦 鶏肉 大豆 |               |          |                |
| 18 | 金 | ごはん<br>ちゅうかふうたまごスープ<br>ぎょうざ2こ<br>ビビンバのぐ                 | 米<br>でん粉 ごま油<br>ごま油 砂糖 ごま                                 | なると 卵<br>ぎょうざ<br>豚肉 大豆ミート                                   | たまねぎ にんじん たけのこ とうもろこし チンゲンサイ ねぎ<br>しょうが にんにく にんじん メンマ もやし ほうれんそう  | 卵 小麦 豚肉 鶏肉 大豆 ごま<br>小麦 豚肉 鶏肉 大豆<br>小麦 豚肉 大豆 ごま | 393           | 13.8     |                |
|    |   | ソフトめん<br>ミートソース<br>コーンフライ<br>ほうれんそうのサラダ                 | ソフト麺<br>油 ハヤシルー デミグラスソース<br>砂糖<br>油 コーンフライ<br>イタリアンドレッシング | 豚肉 大豆ミート 粉チーズ<br>焼きたけのこ<br>鶏肉 ひじき さつま揚げ                     | にんにく しょうが にんじん たまねぎ マッシュルーム<br>トマト グリンピース<br>ほうれんそう もやし にんじん キャベツ | 小麦<br>乳 小麦 豚肉 鶏肉 大豆<br>りんご<br>小麦 大豆            |               |          |                |
|    |   | ごはん<br>おつきみじる<br>さばのおしおやき<br>こんにやくソテー<br>〇れいとうみかん       | 米<br>さといも<br>油 砂糖 ごま油                                     | いかボール かまぼこ<br>さばの文化干し<br>鶏肉                                 | にんじん だいこん しいたけ ほうれんそう<br>しょうが にんじん こんにやく とうもろこし こまつな<br>みかん       | 小麦 大豆 いか<br>さば<br>小麦 鶏肉 大豆 ごま                  |               |          |                |
|    |   | ごはん<br>さわにわん<br>みそカツ<br>とうがんのそぼろに                       | 米<br>油 砂糖 でん粉 ごま<br>油 じゃがいも 砂糖 でん粉                        | かまぼこ 豆腐<br>ひれかつ みそ<br>鶏肉 油揚げ                                | しいたけ にんじん だいこん たけのこ ねぎ<br>しょうが にんじん こんにやく とうがん いんげん               | 小麦 大豆<br>小麦 豚肉 大豆 ごま<br>小麦 鶏肉 大豆               |               |          |                |
| 29 | 火 | こどもパン<br>もちむぎとやさいのスープ<br>あげどりのチリソースがけ<br>だいこんサラダ        | 子供パン<br>もち麦<br>油 でん粉 砂糖<br>塩中華ドレッシング                      | 豚肉<br>鶏肉<br>鶏肉                                              | にんじん たまねぎ キャベツ パセリ<br>にんにく たまねぎ<br>だいこん きゅうり にんじん ほうれんそう          | 小麦 豚肉 鶏肉 大豆<br>小麦 豚肉 鶏肉 大豆<br>鶏肉 大豆 りんご        | 342           | 14.0     |                |
|    |   | チキンライス                                                  | 米 油 砂糖                                                    | 鶏肉                                                          | にんじん 赤ピーマン トマト たまねぎ                                               | 鶏肉 大豆                                          |               |          |                |
|    |   | きのこたけのこチャウダー<br>オムレツ<br>ケチャップ<br>ぶどうともものゼリーポンチ          | オムレツをチキンライスにのせてオムライス風にして食べられます。<br>油 ベシヤメルソース<br>じゃがいも    | 牛乳 鮭 脱脂粉乳<br>オムレツ                                           | にんじん たまねぎ しめじ マッシュルーム パセリ                                         | 乳 小麦 鶏肉 大豆 さけ<br>卵 大豆                          |               |          |                |
|    |   |                                                         |                                                           |                                                             |                                                                   | みかん もも バイン                                     |               |          | もも             |
| 30 | 水 |                                                         |                                                           |                                                             |                                                                   |                                                | 410           | 12.6     |                |
|    |   |                                                         |                                                           |                                                             |                                                                   |                                                |               |          |                |

※ 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。

※ 〇印の献立は、業者から直接学校に配達されるものです。

※ 加須市内の給食センター(加須・駒西)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。

※ 今年度より、一部のパンについて、乳不使用となりました。献立表の「アレルギー物質該当原材料名」でご確認ください。

※ 今月の地場産物は「米、ふるさと味噌、きゅうり、ねぎ、きくらげ」です。

※ 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    | くらみ | 小麦 | そば | 卵  | 乳  |
|-----------|-------|-----|----|----|----|----|
| 落花生(ピーナツ) | アーモンド | あび  | いん | いん | りん | かす |
| わい        | 牛肉    | ご   | ご  | さ  | 大豆 | 鶏肉 |
| バナ        | 豚肉    | ま   | も  | や  | りん | ゼ  |

18回 平均栄養量 398 14.6

9月のご飯は「加須地域産コシヒカリ」を使用しています。



TM こいのぼりマン