

令和6年度9月献立表

日	献立名	料理別 エネルギー	原材料	段階食	中・高 エネルギー 小 エネルギー たんぱく質 脂質
3 火	なす にく 茄子のひき肉カレー	500(400) kcal	金賞健康米、豚ひき肉、牛ひき肉、食塩、しょうが、にんにく、ワイン風調味料(赤)、なたね油、なす、玉葱、にんじん、コンソメ、鳥がらだし、カレールウ、カレー粉、ウスターソース、りんごビューレ、トマトビューレ、水	おかゆ 茄子のひき肉カレーのルー	724 kcal
	まめ 豆ツナサラダ	98(78) kcal	蒸し大豆、蒸しひよこ豆、キャベツ、にんじん、ツナ油漬け、りんご酢、淡口しょうゆ、三温糖、食塩、オリーブ油、こしょう	豆ツナサラダ	604 kcal
	ぎゅうにゅう 牛乳	126 kcal	1本		26.6 g
					28.5 g
4 水	ごはん	308(246) kcal	金賞健康米	おかゆ	680 kcal
	あじ なんぼんづ 鯨の南蛮漬	177 kcal	あじ、食塩、かたくり粉、なたね油、にんじん、玉葱、青ピーマン、淡口しょうゆ、りんご酢、三温糖、みりん、ごま油、水	鯨の南蛮漬	604 kcal
	じゃがいものみそ汁 じゃがいものみそ汁	69(55) kcal	じゃがいも、にんじん、青ねぎ、こんぶ、かつお節、麦みそ、水	じゃがいものみそ汁	29.1 g
	ぎゅうにゅう 牛乳	126 kcal	1本		18.7 g
5 木	コッペパン	276(184) kcal	1個(小学部:小、中学部・高等部:大)	パン粥	719 kcal
	ママレードチキン	175 kcal	鶏もも肉、食塩、こしょう、しょうが、ワイン風調味料(白)、濃口しょうゆ、マーマレード、三温糖、りんご酢、みりん、かたくり粉、水	ママレードチキン	599 kcal
	コーンクリームスープ	142(114) kcal	じゃがいも、にんじん、玉葱、スイートコーン水煮、コーンペースト、パセリ、上新粉、有塩バター、脱脂粉乳、低脂肪乳、食塩、こしょう、なたね油、コンソメ、鳥がらだし、水	コーンクリームスープ	33.5 g
	ぎゅうにゅう 牛乳	126 kcal	1本		27.4 g
6 金	ぎゅう 牛やきにく丼	504(403) kcal	金賞健康米、和牛もも肉、にんにく、玉葱、にんじん、エリンギ、青ねぎ、なたね油、食塩、こしょう、清酒、濃口しょうゆ、三温糖、みりん	おかゆ 牛やきにく丼の具	710 kcal
	ごぼうとマイタケのスープ	80(64) kcal	ごぼう、にんじん、青ねぎ、まいたけ、しょうが、絹ごし豆腐、清酒、食塩、ごま油、固形中華スープ、鳥がらだし、濃口しょうゆ、みりん、かたくり粉、水	ごぼうとマイタケのスープ	593 kcal
	ぎゅうにゅう 牛乳	126 kcal	1本		28.8 g
					23.3 g
9 月	ごはん	308(246) kcal	金賞健康米	おかゆ	787 kcal
	だいこん ゆず に 大根の柚子みそ煮	179(143) kcal	鶏もも肉、しょうが、清酒、食塩、なたね油、だいこん、にんじん、厚揚げ、ぶなしめじ、こんぶ、かつお節、淡口しょうゆ、三温糖、米みそ、白みそ、かたくり粉、ゆず果汁、水	大根の柚子みそ煮	666 kcal
	きんぴら炒め	115(92) kcal	れんこん、ごぼう、つきこんにゃく、にんじん、エリンギ、食塩、こしょう、ごま油、濃口しょうゆ、三温糖、清酒、みりん、ごま	きんぴら炒め	29.6 g
	コアコアぶどう	59 kcal	1個	コアコアぶどう	20.6 g
	ぎゅうにゅう 牛乳	126 kcal	1本		
10 火	コッペパン	276(184) kcal	1個(小学部:小、中学部・高等部:大)	パン粥	758 kcal
	ウィンナービーンズ	234(187) kcal	蒸しひよこ豆、豚ひき肉、ウィンナー、食塩、こしょう、なたね油、にんにく、ワイン風調味料(赤)、玉葱、にんじん、じゃがいも、マッシュルーム水煮、パセリ、トマトビューレ、ケチャップ、ウスターソース、三温糖、コンソメ、鳥がらだし、水	ウィンナービーンズ	604 kcal
	キャベツサラダ	73(58) kcal	キャベツ、にんじん、きゅうり、スイートコーン水煮、ツナ油漬け、りんご酢、食塩、こしょう、三温糖、淡口しょうゆ、オリーブ油	キャベツサラダ	28.0 g
	ハネーソフト	49 kcal	1個(※はちみつ入りシロップ)	ハネーソフト	28.5 g
	ぎゅうにゅう 牛乳	126 kcal	1本		
11 水	ごはん	308(246) kcal	金賞健康米	おかゆ	711 kcal
	さんまのしょうゆ煮 さんまのしょうゆ煮	212 kcal	さんま、しょうが、にんにく、白ねぎ、濃口しょうゆ、みりん、中ざら糖、テンメンジャン、清酒、水、こんぶ	さんまのしょうゆ煮	634 kcal
	とうふ 豆腐のみそ汁	76(61) kcal	絹ごし豆腐、カットわかめ、にんじん、だいこん、青ねぎ、こんぶ、かつお節、麦みそ、水	豆腐のみそ汁	28.5 g
	アシドミルク	115 kcal	1本		19.9 g
12 木	ごはん	308(246) kcal	金賞健康米	おかゆ	713 kcal
	とり 鶏のみそマヨ焼き	225 kcal	鶏もも肉、食塩、清酒、エッグケア、米みそ、三温糖、ごま、清酒	鶏のみそマヨ焼き	640 kcal
	はるさめ 春雨スープ	54(43) kcal	緑豆はるさめ、キャベツ、にんじん、チンゲンサイ、きくらげ、鳥がらだし、固形中華スープ、淡口しょうゆ、みりん、ごま油、かたくり粉、食塩、こしょう、水	春雨スープ	27.7 g
	ぎゅうにゅう 牛乳	126 kcal	1本		27.8 g
13 金	さつまいもごはん	317(254) kcal	金賞健康米、もち米、さつまいも、食塩、清酒	おかゆ さつまいもごはんの具	671 kcal
	おでん おでん風煮	171(137) kcal	鶏もも肉、だいこん、じゃがいも、板こんにゃく、にんじん、スクールちくわ、厚揚げ、こんぶ、かつお節、みりん、三温糖、淡口しょうゆ、水	おでん風煮	563 kcal
	きゅうり きゅうりのツナ和え	57(46) kcal	きゅうり、りよくとろもやし、にんじん、カットわかめ、ツナ油漬け、食塩、こしょう、淡口しょうゆ、りんご酢、三温糖	きゅうりのツナ和え	27.7 g
	ぎゅうにゅう 牛乳	126 kcal	1本		19.6 g

	献立名	料理別 エネルギー	原材料	段階食	中・高 エネルギー 小 エネルギー たんぱく質 脂質
17 火	【お月見献立】 つきみこんだて				732 kcal
	ごはん	308(246) kcal	金賞健康米	おかゆ	651 kcal
	鮭のきのこだれがけ	130 kcal	鮭、食塩、清酒、ぶなしめじ、えのきたけ、青ねぎ、しょうが、こんぶ、かつお節、淡口しょうゆ、三温糖、かたくり粉	鮭のきのこだれがけ	29.3 g
	団子汁	94(75) kcal	白玉、にんじん、大根、板こんにゃく、干し椎茸、青ねぎ、清酒、食塩、淡口しょうゆ、みりん、かつお節、こんぶ、かたくり粉、水	団子汁	19.1 g
	おいしいプリン	74 kcal	1個	おいしいプリン	
牛乳	126 kcal	1本			
18 水	ごはん	308(246) kcal	金賞健康米	おかゆ	710 kcal
	鶏のから揚げ	213 kcal	鶏もも肉、濃口しょうゆ、食塩、しょうが、にんにく、清酒、かたくり粉、上新粉、なたね油	鶏のから揚げ	635 kcal
	きのこみそ汁	63(50) kcal	えのきたけ、ぶなしめじ、にんじん、玉葱、じゃがいも、薄揚げ、麦みそ、こんぶ、かつお節、水	きのこみそ汁	28.0 g
	牛乳	126 kcal	1本		24.1 g
19 木	ごはん	308(246) kcal	金賞健康米	おかゆ	613 kcal
	豚肉とキャベツのみそ炒め	116(93) kcal	豚もも肉、しょうが、清酒、食塩、こしょう、なたね油、キャベツ、にんじん、きくらげ、濃口しょうゆ、三温糖、テンメンジャン、みりん	豚肉とキャベツのみそ炒め	515 kcal
	豆腐中華スープ	63(50) kcal	絹ごし豆腐、チンゲンサイ、にんじん、玉葱、固形中華スープ、鳥がらだし、食塩、こしょう、濃口しょうゆ、みりん、かたくり粉、ごま油、水	豆腐中華スープ	25.5 g
	牛乳	126 kcal	1本		16.5 g
20 金	コッペパン	276(184) kcal	1個(小学部:小、中学部・高等部:大)	パン粥	609 kcal
	タラのケチャップみそがけ	130 kcal	まだら、食塩、こしょう、かたくり粉、なたね油、ケチャップ、赤だしみそ、みりん、三温糖、水	タラのケチャップみそがけ	502 kcal
	豚肉ポトフ	77(62) kcal	豚もも肉、じゃがいも、にんじん、玉葱、キャベツ、セロリー、コンソメ、鳥がらだし、みりん、淡口しょうゆ、食塩、こしょう、水	豚肉ポトフ	30.5 g
	牛乳	126 kcal	1本		20.5 g
24 火	ごはん	308(246) kcal	金賞健康米	おかゆ	709 kcal
	鯖の酢煮	164 kcal	さば、にんにく、しょうが、白ねぎ、中ざら糖、濃口しょうゆ、清酒、りんご酢、こんぶ、水	鯖の酢煮	634 kcal
	キャベツのみそ汁	65(52) kcal	キャベツ、玉葱、にんじん、青ねぎ、かつお節、こんぶ、麦みそ、水	キャベツのみそ汁	30.4 g
	ももゼリー	46 kcal	1個	ももゼリー	19.7 g
	牛乳	126 kcal	1本		
25 水	【ブラジルの献立】				663 kcal
	コッペパン	276(184) kcal	1個(小学部:小、中学部・高等部:大)	パン粥	519 kcal
	カンジャ	115(92) kcal	鶏もも肉、キャベツ、セロリー、にんじん、玉葱、玄米、なたね油、固形中華スープ、淡口しょうゆ、食塩、こしょう、水	カンジャ	27.3 g
	フェイスジョアータ	146(117) kcal	ウインナー、蒸し大豆、蒸しひよこ豆、レッドキドニービーンズ、にんにく、にんじん、玉葱、なたね油、ケチャップ、濃厚ソース、ウスターソース、食塩、こしょう、チリパウダー、水	フェイスジョアータ	26.0 g
	牛乳	126 kcal	1本		
26 木	ごはん	308(246) kcal	金賞健康米	おかゆ	677 kcal
	マーボー茄子	178(142) kcal	なす、豚ひき肉、なたね油、しょうが、食塩、こしょう、たけのこ水煮、玉葱、にら、緑豆はるさめ、鳥がらだし、固形中華スープ、三温糖、赤だしみそ、テンメンジャン、かたくり粉、みりん、水	マーボー茄子	566 kcal
	切干大根の中華和え	65(52) kcal	切干しただいこん、にんじん、きゅうり、りょくとうもやし、ハム、濃口しょうゆ、三温糖、玉葱、りんご酢、ごま油、ごま	切干大根の中華和え	24.5 g
	牛乳	126 kcal	1本		18.3 g
27 金	【新潟県の献立】				640 kcal
	ごはん	308(246) kcal	金賞健康米	おかゆ	561 kcal
	鯖の西京焼き	122 kcal	さわら、食塩、白みそ、みりん、清酒	鯖の西京焼き	31.4 g
	けんちん汁	84(67) kcal	じゃがいも、にんじん、ごぼう、なめこ、木綿豆腐、おつゆふ、こんぶ、かつお節、みりん、淡口しょうゆ、食塩、三温糖、清酒、ごま油、水	けんちん汁	17.0 g
牛乳	126 kcal	1本			
30 月	コッペパン	276(184) kcal	1個(小学部:小、中学部・高等部:大)	パン粥	699 kcal
	さつま芋の米粉シチュー	204(163) kcal	ウインナー、さつまいも、にんじん、玉葱、マッシュルーム水煮、なたね油、いんげん豆ペースト、上新粉、有塩バター、牛乳、コンソメ、鳥がらだし、食塩、こしょう、脱脂粉乳、水	さつま芋の米粉シチュー	547 kcal
	お揚げのサラダ	93(74) kcal	ひじき、薄揚げ、キャベツ、にんじん、スイートコーン水煮、玉葱、りんご酢、三温糖、食塩、オリーブ油、こしょう	お揚げのサラダ	25.2 g
	牛乳	126 kcal	1本		28.6 g