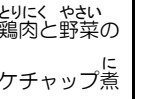


令和8年度

9月ごはんびょう



9月2日（水）		9月3日（木）		9月4日（金）		9月7日（月）		9月8日（火）		9月9日（水）		9月10日（木）		9月11日（金）		9月14日（月）	
献立名	使用材料	献立名	使用材料	献立名	使用材料	献立名	使用材料	献立名	使用材料	献立名	使用材料	献立名	使用材料	献立名	使用材料	献立名	使用材料
あきやさい 秋野菜カレー （ライス） （ルウ）  はくさい 白菜とゆずの コールスローサラダ 	金賞健康米 豚肉モモ なたね油 にんにく 玉葱 さといも(冷凍) にんじん なす ぶなしめじ カレールウ ウスターソース トマトピューレ 濃口醤油 とんかつソース 赤ワイン 水 はくさい にんじん ベーコン とうもろこし缶 エッグケア ゆず果汁 黒こしょう	はん ご飯 あじの なんばんづ 南蛮漬け かぼちゃの みそ汁 	金賞健康米 骨なしあじ かたくり粉 揚げ油 濃口醤油 本みりん 三温糖 米酢 にんじん 玉葱 青ピーマン なたね油 鶏肉モモ(皮付き) 冷凍かぼちゃ 玉葱 油揚げ 青ねぎ 削節 出し昆布 みそ 水	ぎゅうにく 牛肉とれんこん の炊き込みご飯 （防災食）  とんじる 豚汁 かいそう ツナと海藻の サラダ ぼうさいきゅうしよく 防災給食 地震火災避難訓練の日 にあわせて、学校で備蓄 している「あっという米(α 化米)」を使用した炊き込 みご飯を提供します	あっという米 和牛モモ れんこん にんじん 濃口醤油 薄口醤油 本みりん 酒 出し昆布 削節 ごま油 豚肉モモ さといも(冷凍) ささがきごぼう だいこん にんじん つきこんにゃく 木綿豆腐 青ねぎ 削節 出し昆布 薄口醤油 酒 みそ なたね油 水 ツナ きゅうり キャベツ カットわかめ ほしひじき 青じそドレッシング	はん ご飯 はっほうさい 八宝菜  とうふ 豆腐とわかめ ちゅうか の中華スープ	金賞健康米 豚肉モモ にんじん はくさい 玉葱 たけのこ水煮 チンゲンツアイ しいたけ しょうが 濃口醤油 三温糖 食塩 黒こしょう 酒 かたくり粉 中華スープの素 鶏がらスープ オイスターソース ごま油 水 木綿豆腐 生わかめ りょくとうもやし ごま油 中華スープの素 鶏がらスープ 薄口醤油 食塩 黒こしょう 水	はん ご飯 とり て や 鶏の照り焼き きりぼ だいこん 切干し大根の ツナマヨサラダ カミカミ こんだて 献立 なすと小松菜の みそ汁 味噌汁 	金賞健康米 鶏肉モモ(皮付き) しょうが 濃口醤油 本みりん 酒 三温糖 水 かたくり粉 切干しだいこん にんじん きゅうり ツナ エッグケア 濃口醤油 すりごま なす こまつな 玉葱 油揚げ みそ 削節 出し昆布 水	ぶっかけうどん （うどん） （つゆ） （かき揚げ） （わかめ） かわりきんぴら 	うどん(冷凍) めんつゆストレート 野菜かき揚げ 揚げ油 生わかめ 豚肉モモ ささがきごぼう にんじん 青ピーマン しらたき 本みりん 薄口醤油 濃口醤油 三温糖 酒 ごま油 削節 出し昆布 水	まる 丸パン ホキの カレーマヨ焼き れんこんサラダ ミネストローネ 	丸パン 骨なしホキ カレー粉 にんにく エッグケア 食塩 黒こしょう パセリ(乾) れんこん にんじん きゅうり とうもろこし缶 オリーブ油 米酢 薄口醤油 食塩 三温糖 黒こしょう ウィンナー 冷凍いんげん 玉葱 キャベツ じゃがいも にんじん トマト缶(カット) 食塩 黒こしょう チキンコンソメ 薄口醤油 三温糖 パセリ(乾) 水	はん わかめご飯 にく 肉じゃが  ツナともやしの サラダ	金賞健康米 炊き込みわかめ 和牛モモ にんじん 玉葱 じゃがいも しらたき 冷凍いんげん 酒 本みりん 三温糖 濃口醤油 なたね油 削節 出し昆布 水 きゅうり りょくとうもやし にんじん ツナ 濃口醤油 米酢 三温糖 ごま油	はん ご飯 まーぼー豆腐 麻婆豆腐  とりにく だいこん 鶏肉と大根の しお 塩こうじスープ	金賞健康米 豚ひき肉 冷凍豆腐 食塩 黒こしょう しょうが にんにく 青ねぎ ぶなしめじ たけのこ水煮 玉葱 にんじん 水 中華スープの素 鶏がらスープ 酒 三温糖 濃口醤油 みそ テンメンジャン かたくり粉 トウバンジャン なたね油 鶏肉モモ(皮付き) だいこん にんじん エリンギ 青ねぎ にんにく しょうが 塩こうじ 鶏がらスープ 中華スープの素 濃口醤油 薄口醤油 本みりん 酒 なたね油 水
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	ジュース	アップルジュース	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	の 飲むヨーグルト	アシドミルク	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう
エネルギー たんぱくしつ ししつ	747kcal 23.6 g 26.5 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	744kcal 34.5 g 26.1 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	554kcal 18.1 g 13.5 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	612kcal 25.4 g 18.2 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	814kcal 35.3 g 33.8 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	572kcal 18.8 g 20.1 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	690kcal 30.1 g 19.8 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	705kcal 26.7 g 22.1 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	717kcal 33.1 g 25.7 g

9月15日（火）		9月16日（水）		9月17日（木）		9月18日（金）		9月24日（木）		9月25日（金）		9月28日（月）		9月29日（火）		9月30日（水）	
献立名	使用材料	献立名	使用材料	献立名	使用材料	献立名	使用材料	献立名	使用材料	献立名	使用材料	献立名	使用材料	献立名	使用材料	献立名	使用材料
はんご飯	金賞健康米	カミカミ丼 （ご飯）	金賞健康米	やきにく焼肉チャーハン	金賞健康米 和牛モモ 豚肉モモ 玉葱 にんじん 青ピーマン 白ねぎ しょうが にんにく ごま油 食塩	きなこ揚げパン	コッペパン 揚げ油 きな粉 三温糖 食塩	アップルパン	アップルパン	さつまいもはんご飯	金賞健康米 さつまいも 本みりん 酒 食塩	はんご飯	金賞健康米	はんご飯	金賞健康米	しよく食パン	食パン
ふりかけ	いろいろやさい	（具）	豚肉モモ にんじん ささがきごぼう えのきだけ たけのこ水煮 冷凍いんげん 青ピーマン					バーベキューチキン	鶏肉モモ(皮付き) トマトケチャップ 濃口醤油 本みりん エッグケア はちみつ 食塩 黒こしょう にんにく	ごま塩	ごま塩	チャブチェ	豚ひき肉 牛ひき肉 にんじん りょくとうもやし 玉葱 たけのこ水煮 青ピーマン にんにく はるさめ 酒 三温糖 濃口醤油 焼肉のだれ コチュジャン 食塩 黒こしょう 白ごま ごま油 水	さば鯖のソース焼き	骨なしさば しょうが 酒 ウスターソース 三温糖 みそ 白ごま	マーマレードジャム	マーマレードミニ
カレイのさいきょうや西京焼き	骨なしカレイ 白みそ 酒 本みりん 薄口醤油	カミカミ こんだて 献立	えのきだけ たけのこ水煮 冷凍いんげん 青ピーマン 薄口醤油 三温糖 本みりん トウバンジャン なたね油				鶏肉モモ(皮付き) 玉葱 にんじん じゃがいも 冷凍ブロッコリー にんにく トマトケチャップ ウスターソース 濃口醤油 白ワイン 三温糖 食塩 黒こしょう オリーブ油	つぶ粒マスタード サラダ	キャベツ きゅうり 玉葱 ベーコン 米酢 オリーブ油 食塩 三温糖 黒こしょう あらびきマスタード	さけ鮭の もみじ焼き	骨なしトラウト 酒 食塩 黒こしょう みそ 濃口醤油 にんじん エッグケア		豚ひき肉 牛ひき肉 にんじん りょくとうもやし 玉葱 たけのこ水煮 青ピーマン にんにく はるさめ 酒 三温糖 濃口醤油 焼肉のだれ コチュジャン 食塩 黒こしょう 白ごま ごま油 水		骨なしさば しょうが 酒 ウスターソース 三温糖 みそ 白ごま	シーフードグラタン	シーフードミックス 白ワイン マカロニ 玉葱 ほうれんそう マッシュルーム(水煮) 食塩 黒こしょう 有塩バター 牛乳 薄力粉 ピザ用チーズ チキンコンソメ
わかめときゅうりのすのものの酢の物	生わかめ きゅうり キャベツ ちくわ 白ごま 米酢 三温糖 薄口醤油 食塩	みそけんちん	鶏肉モモ(皮付き) 木綿豆腐 だいこん にんじん 青ねぎ さといも(冷凍) つきこんにゃく 出し昆布 削節 みそ 酒 なたね油 水	キムチと はるさめ 春雨のスープ	鶏ひき肉 にんじん 玉葱 はくさいキムチ しいたけ チンゲンツァイ はるさめ 鶏がらスープ 中華スープの素 本みりん 酒 濃口醤油 食塩 黒こしょう ごま油 水												
ごもじる五目汁	だいこん にんじん 玉葱 たけのこ水煮 ぶなしめじ 油揚げ 青ねぎ しょうが 削節 出し昆布 食塩 薄口醤油 濃口醤油 酒 本みりん かたくり粉 水					いちご ヨーグルト	コアコアいちご	きのこと ハムのスープ	えのきだけ にんじん エリンギ 玉葱 ローズハム 食塩 黒こしょう 鶏がらスープ チキンコンソメ 濃口醤油 水	こまつな 小松菜の おひたし	こまつな えのきだけ 濃口醤油 酒 食塩 三温糖		ベーコン チンゲンツァイ にんじん 玉葱 鶏がらスープ チキンコンソメ 酒 薄口醤油 食塩 黒こしょう 水 かたくり粉 なたね油		豚肉モモ だいこん にんじん さといも(冷凍) ささがきごぼう 厚揚げ 青ねぎ しょうが 出し昆布 削節 薄口醤油 濃口醤油 食塩 酒 本みりん 水 かたくり粉 なたね油	ポトフ	ウィンナー じゃがいも 玉葱 にんじん キャベツ 冷凍ブロッコリー 食塩 黒こしょう チキンコンソメ 濃口醤油 水
ぎゅうにゅう牛乳	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう牛乳	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう牛乳	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう牛乳	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう牛乳	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう牛乳	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう牛乳	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう牛乳	ぎゅうにゅう	の飲むヨーグルト	アシドミルク
エネルギー たんぱくしつ ししつ	614kcal 30 g 13.2 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	678kcal 28.3 g 20.9 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	606kcal 21.3 g 16.6 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	816kcal 32.4 g 31.8 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	827kcal 37.3 g 34.4 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	778kcal 30.4 g 25.7 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	669kcal 22.8 g 21 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	796kcal 42 g 32.3 g	エネルギー たんぱくしつ ししつ	848kcal 31.2 g 25.2 g

小学部1・2・3年生はこの献立の7割の量、4・5・6年生は8割の量です。献立は材料の都合により変更することがあります。

◆給食で使用しているエッグケアは卵不使用のマヨネーズです。
◆1つのメニューで配缶が分かれている場合は、()で表記しています。