












# 9月分予定献立表

月	火	水	木	金
2 ○牛乳	3 ○牛乳	4 ○牛乳	5 ○牛乳	6 ○牛乳
<b>ロパン</b> <b>キーマカレー</b> ○ぶたにく ★しょうが ○とりにく トマトピューレ ○だいず カレールフ ★たまねぎ しお ★ピーマン ウスターソース ★にんじん コンソメ  <b>キャベツとささみのサラダ</b> ○とりにく □ごまあぶら ★きゅうり す ★キャベツ さとう ★コーン しょうゆ □ごま しお □オレンジゼリー 731kcal	<b>ごはん</b> <b>ひじきのごもくに</b> ○とりにく ★こんにゃく ○ひじき ★いんげん ○あぶらあげ しょうゆ ○だいず さとう ○ほねく ざけ ★だいこん みりん ★にんじん  <b>※とうふハンバーグ(だいこんソース)</b> ○※とうふハンバーグ さとう ★だいこん かたくりこ ぼんず 682kcal	<b>ちゅうかどん</b> □ごはん ★チンゲンサイ ○ぶたにく ★しょうが ○うすらたまご □ごまあぶら ○あつあげ しょうゆ ★はくさい ちゅうかだし ★たまねぎ こしょう ★にんじん かたくりこ ★ねぎろおとう  <b>○※ごもく(しょうまいく2こ)</b>  636kcal	<b>ロパン</b> <b>なすりミートソースパゲッティ</b> ○スパゲッティ ○こなチーズ ○ぶたにく ガーリック ○とりにく ケチャップ ★たまねぎ トマトピューレ ★にんじん しょうゆ ★しめじ コンソメ ★なす  <b>かいそうサラダ</b> ○かいそう す ★だいこん さとう ★きゅうり しょうゆ ★キャベツ しお ★コーン □ごまあぶら □ごま 655kcal	<b>ごはん</b> <b>※たまごふりかけ</b>  <b>とうがんのすまし汁</b> ★とうがん ○とうふ ★クレソン □ふ ★えのきたけ しょうゆ ★にんじん しお ★こんにゃく だしパック  <b>さばのうめこうみかけ</b> ○さば さとう ○みそ しょうゆ ★ねぎ みりん ★うめ さけ 662kcal
9 ○牛乳	10 ○牛乳	11 ○牛乳	12 ○牛乳	13 ○牛乳
<b>ロこくとうしよパン</b>  <b>ロひやしうどん</b> <b>カラフルサラダ</b> ○ツパ ★パプリカ ★キャベツ さとう ★もやし しお ★きゅうり す ★コーン しょうゆ  <b>○※はんぺんチーズフライ</b>  <b>※めんつゆクラス2ぼん</b> 604kcal	<b>ごはん</b> <b>キムチに</b> ○ぶたにく ★はくさいキムチ ○とりにく ○みそ ○とうふ □ごまあぶら ★にら ちゅうかだし ★たまねぎ ガーリック ★もやし ざけ ★はくさい しょうゆ ★こんにゃく さとう  <b>○※はるまき</b> 707kcal	<b>カレーライス</b> □ごはん ★にんじん ○とりにく カレールフ ○じゃがいも ウスターソース ★たまねぎ コンソメ  <b>フルーツヨーグルト</b> □ゼリー ★パイ ○かんてん ★みかん ★もも  704kcal	<b>ロパン</b> <b>※マーシャルピンズ</b>  <b>ジュリエヌスープ</b> ○ベーコン ★もやし ★えのきたけ ★いんげん ★だいこん コンソメ ★にんじん こしょう ★たまねぎ  <b>※バーグピカタ(デミグラスソース)</b> ○※バーグピカタ トマトピューレ ★たまねぎ ウスターソース デミグラスソース さとう ケチャップ 642kcal	<b>ごはん</b> <b>※しそふりかけ</b>  <b>おつぎみじる</b> □じゃがもち ★にんじん ○あぶらあげ ★ごぼう ★はくさい ○みそ ★だいこん だしパック  <b>さんまのやさしいあんかけ</b> ○さんま す ★くろあわびたけ さとう ★たまねぎ しお ★にんじん こしょう ★しょうが さけ しょうゆ かたくりこ みりん 691kcal
16 敬者の日	17 ○※ジョア(いちご)	18 ○牛乳	19 ○牛乳	20 ○牛乳
 <b>ごはん</b> <b>こんさいじる</b> ○とうふ ★にんじん ○さつまいも ★ねぎ ★れんこん □ざといも ★ごぼう ○みそ ★えのきたけ だしパック  <b>○※すきやきふうフライ</b>  606kcal	<b>ごはん</b> <b>※かつかおふりかけ</b>  <b>ようふうにくじゃが</b> ○ぶたにく ★はくさい ○ベーコン さとう □じゃがいも しょうゆ ★たまねぎ コンソメ ★にんじん こしょう ★いんげん  <b>ほうれんそうのじゃこあえ</b> ○ちりめんじゃこ □ごま ★ほうれんそう しょうゆ ★キャベツ ごまあえのもと ★もやし 623kcal	<b>ロパン</b> <b>※いちごミックスジャム</b>  <b>タイドーン</b> ○ぶたにく ★にんじん ○いか ★しょうが ○うすらたまご □はるさめ ★はくさい ざけ ★たまねぎ こしょう ★いんげん ちゅうかだし  <b>○※ちゅうかメンチカツ</b> 736kcal	<b>ハヤシライス</b> □ごはん ★にんじん ○ぶたにく ハヤシルフ □じゃがいも ウスターソース ★たまねぎ コンソメ  <b>マカロニサラダ</b> ○マカロニ ★きゅうり ○ハム ★にんじん ★キャベツ  <b>○※マヨネーズクラス1ぼん</b>  711kcal	
23 秋分の日	24 ○※ジョア	25 ○牛乳	26 ○牛乳	27 ○牛乳
 <b>※わかめごはん</b>  <b>ぐだくさんみそじる</b> ○とうふ ★こんにゃく ○あぶらあげ □ふ ★だいにん ○わかめ ★たまねぎ ○みそ ★にんじん だしパック  <b>いわしのねだれかけ</b> ○いわし しょうゆ ★ねぎ さけ ★しょうが みりん さとう かたくりこ 588kcal	<b>きぬがさどん</b> □ごはん ★しいたけ ○あぶらあげ しょうゆ ○たまご さとう ★たまねぎ さけ ★にんじん みりん ★ねぎ  <b>もやしときゅうりのあますあえ</b> ○ちくわ しょうゆ ★もやし さとう ★きゅうり す ★キャベツ しお □ごま 691kcal	<b>ロパン</b> <b>コーンポタージュ</b> ○ベーコン ★コーンクリーム ○じゃがいも □ぎゅうにゅう ★コーン コンソメ ★たまねぎ ポタージュルウ ★にんじん  <b>※ハムソテー(ケチャップソース)</b> ○※ハム さとう ケチャップ しょうゆ トマトピューレ かたくりこ 707kcal	<b>ごはん</b> <b>※さけふりかけ</b>  <b>なすのみそじる</b> ★なす ○あつあげ ★たまねぎ ○わかめ ★えのきたけ ○みそ ★キャベツ だしパック  <b>○※ぎゅうにくコロッケ</b>  657kcal	
30 ○牛乳	<b>早寝・早起き・朝ごはん、元気に学校生活を!</b> <p>みなさんは、早寝・早起きをして朝ごはんを食べていますか？ 栄養バランスのよい朝ごはんをとることは、体力、集中力、学習能力にも大きな影響があります。</p> <p>もう一度、家族全員で毎日の生活習慣を見直し、朝から元気にスタートできるように早寝・早起き・朝ごはんを実践しましょう。</p>   			

□・・き (ねつやちからのもとになる) ○・・あか (ち、にく、ほねをつくる) ★・・みどり (からだのちようしをととのえる)

\* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。  
\* 9月分の給食費引き落としは、10月10日(木)になりますので、よろしくお願ひします。  
\* 未納の方については、和歌山簡易裁判所に支払督促申立を行いますので、ご注意ください。

日曜	献立名	
2月	パン オレンジゼリー 牛乳 キーマカレー キャベツとささみのサラダ	パン(小麦 大豆 乳) オレンジゼリー(オレンジ) キーマカレー(鶏 豚 大豆 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)) キャベツとささみのサラダ(鶏 ごま 調味料(小麦 大豆 ごま))
3火	ごはん 牛乳 ひじきの五目煮 豆腐ハンバーグ(大根ソース)	ひじきの五目煮(鶏 油揚げ(大豆) 大豆 調味料(小麦 大豆)) 豆腐ハンバーグ(ハンバーグ(小麦 卵 大豆 鶏 豚) 調味料(小麦 大豆))
4水	中華丼 牛乳 五目しゅうまい(2個)	中華丼(豚 うずら卵(卵) 厚揚げ(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)) 五目しゅうまい(小麦 乳 大豆 鶏 豚)
5木	パン 牛乳 なす入りミートスパゲッティ 海藻サラダ	パン(小麦 大豆 乳) なす入りミートスパゲッティ(スパゲッティ(小麦 さけ 大豆) 鶏 豚 粉チーズ(乳) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)) 海藻サラダ(ごま 調味料(小麦 大豆 ごま))
6金	ごはん たまごふりかけ 牛乳 冬瓜のすまし汁 さばの梅香味かけ	たまごふりかけ(ごま 小麦 大豆 乳 卵) 冬瓜のすまし汁(豆腐(大豆) 麩(小麦) 調味料(小麦 大豆 さば)) さばの梅香味かけ(さば 調味料(小麦 大豆))
9月	黒糖食パン 牛乳 冷やしうどん(めんつゆクラス2本) カラフルサラダ はんぺんチーズフライ	黒糖食パン(小麦 大豆 乳) 冷やしうどん(うどん(小麦)) めんつゆ(小麦 大豆) カラフルサラダ(ツナ(大豆) 調味料(小麦 大豆)) はんぺんチーズフライ(小麦 乳 卵 大豆 ゼラチン)
10火	ごはん 牛乳 キムチ煮 春巻	キムチ煮(鶏 豚 豆腐(大豆) キムチ(りんご 小麦 大豆 さば) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)) 春巻(小麦 乳 えび ごま 大豆 鶏 豚 りんご)
11水	カレーライス 牛乳 フルーツポンチ	カレーライス(鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)) フルーツポンチ(ゼリー(りんご) もも)
12木	パン マーシャルピンズ 牛乳 ジュリエンスープ バーグピカタ(デミグラスソース)	パン(小麦 大豆 乳) マーシャルピンズ(大豆 乳) ジュリエンスープ(ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)) バーグピカタ(バーグピカタ(小麦 卵 乳 牛 大豆 鶏 豚) 調味料(小麦 大豆 牛 豚))
13金	ごはん しそふりかけ 牛乳 お月見汁 さんまの野菜あんかけ	しそふりかけ(ごま 小麦 大豆 乳) お月見汁(油揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)) さんまの野菜あんかけ(調味料(小麦 大豆))
17火	ごはん 牛乳 根菜汁 すき焼き風フライ	ごはん(小麦 大豆 乳) 根菜汁(豆腐(大豆) 調味料(大豆 さば)) すき焼き風フライ(大豆 牛 小麦 ゼラチン 鶏 豚)
18水	ごはん かつおふりかけ 牛乳 洋風肉じゃが ほうれん草のじゃこあえ	ごはん(小麦 大豆 乳) かつおふりかけ(ごま 小麦 大豆 乳 さば) 洋風肉じゃが(豚 ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)) ほうれん草のじゃこあえ(ごま 調味料(ごま 小麦 大豆))
19木	パン いちごミックスジャム 牛乳 タイピーエン 中華メンチカツ	パン(小麦 大豆 乳) いちごミックスジャム(りんご) タイピーエン(豚 いか うずら卵(卵) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)) 中華メンチカツ(小麦 乳 ごま 大豆 鶏 豚)
20金	ハヤシライス 牛乳 マカロニサラダ(マヨネーズクラス1本)	ハヤシライス(豚 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)) マカロニサラダ(マカロニ(小麦) ハム(卵 乳 豚 大豆)) マヨネーズ(大豆 卵 りんご)
24火	わかめごはん ジョア 具だくさんみそ汁 いわしのねぎだれかけ	わかめごはん(無) ジョア(乳) 具だくさんみそ汁(豆腐(大豆) 油揚げ(大豆) 麩(小麦) 調味料(大豆 さば)) いわしのねぎだれかけ(調味料(小麦 大豆))
25水	衣笠丼 牛乳 もやしときゅうりの甘酢あえ	衣笠丼(卵 油揚げ(大豆) 調味料(小麦 大豆)) もやしときゅうりの甘酢あえ(ごま 調味料(小麦 大豆))
26木	パン 牛乳 コーンポタージュ ハムソテー(ケチャップソース)	パン(小麦 大豆 乳) コーンポタージュ(ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 牛乳(乳) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 乳)) ハムソテー(ハム(豚 鶏) 調味料(小麦 大豆))
27金	ごはん さけふりかけ 牛乳 なすのみそ汁 牛肉コロッケ	さけふりかけ(ごま 小麦 大豆 乳 さけ) なすのみそ汁(厚揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)) 牛肉コロッケ(大豆 牛 小麦 乳)
30月	パン 型抜きチーズ 牛乳 ボルシチ ささみフライ(とんかつソースクラス1本)	パン(小麦 大豆 乳) 型抜きチーズ(乳) ボルシチ(豚 バター(乳) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)) ささみフライ(小麦 乳 大豆 鶏) とんかつソース(大豆 りんご)

アレルギー物質を含む食品の表示(対象原材料27品目)を基本に表示しています。

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

\* 牛乳は、アレルギー物質ですが常時使用していますので、表示をしていません。

\* (無)・・・対象原材料27品目が食品に含まれていないことを意味します。

\* コンタミネーション(原材料としては使用されていなくても、製造工程で混入するおそれがある場合や、わかめ等の海藻類に混入している場合等)については記載しておりません。

\* 一部 商品名を載せています。