

# 9月分予定献立表



| 火  | 水  | 木  | 金   |  |
|--|--|--|---|--|
| 1  | 2  | 3  | 4   |  |
| <p>○牛乳</p> <p><b>カレーライス</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ごはん</li> <li>○ぶたにく</li> <li>★にんじん</li> <li>★たまねぎ</li> </ul> <p>○じゃがいも<br/>カレールー<br/>ウスターソース<br/>コンソメ</p> <p><b>ささみときゅうりのサラダ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○どりにく</li> <li>★きゅうり</li> <li>★キャベツ</li> <li>★コーン</li> <li>□ごま</li> </ul> <p>□ごまあぶら<br/>す<br/>さとう<br/>しょうゆ<br/>しお</p> <p></p> <p>691kcal</p>                                      | <p>○牛乳</p> <p>□ごはん</p> <p><b>ぐだくさんみそしる</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ぶたにく</li> <li>★だいこん</li> <li>★たまねぎ</li> <li>★にんじん</li> <li>★かぼちゃ</li> </ul> <p>★ごまつな<br/>★えのきたけ<br/>○みそ<br/>だしパック</p> <p>○＊ビーフカツ</p> <p><b>＊とんかつソースクラス1ぼん</b></p> <p>671kcal</p>  | <p>○牛乳</p> <p>□パン</p> <p><b>ポークピズ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ぶたにく</li> <li>○だいす</li> <li>□じゃがいも</li> <li>★たまねぎ</li> <li>★しめじ</li> <li>★にんじん</li> </ul> <p>★いんげん<br/>トマトピューレ<br/>ケチャップ<br/>コンソメ<br/>さとう<br/>こしょう</p> <p>○＊チキンのオープン焼き</p> <p></p> <p>711kcal</p>  | <p>○牛乳</p> <p><b>ぶたどん</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ごはん</li> <li>○ぶたにく</li> <li>★たまねぎ</li> <li>★こんにゃく</li> <li>★ねぎ</li> <li>★えのきたけ</li> </ul> <p>★しょうが<br/>□ぶ<br/>さとう<br/>しょうゆ<br/>みりん<br/>さけ</p> <p><b>ごまじゃこあえ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ちりめんじゃこ</li> <li>★ほうれんそう</li> <li>★もやし</li> <li>★キャベツ</li> </ul> <p>□ごま<br/>ごまあえのもと<br/>しょうゆ</p> <p>665kcal</p>   |  |
| <p>月</p> <p>7</p> <p>○牛乳</p> <p>□パン</p> <p><b>やきそば</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□やきそばめん</li> <li>○ぶたにく</li> <li>○ちくわ</li> <li>★たまねぎ</li> </ul> <p>★キャベツ<br/>★にんじん<br/>さけ</p> <p><b>ブロッコリーのサラダ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ツナ</li> <li>★ブロッコリー</li> <li>★キャベツ</li> </ul> <p>★きゅうり<br/>★にんじん<br/>★コーン</p> <p>□＊ドレスングラス1ぼん</p> <p>685kcal</p>   | <p>○牛乳</p> <p>□ごはん</p> <p><b>やさいのうまに</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○どりにく</li> <li>○こうやどうふ</li> <li>○ひらてん</li> <li>★だいこん</li> <li>★にんじん</li> <li>★いんげん</li> </ul> <p>★こんにゃく<br/>□さといち<br/>さとう<br/>しょうゆ<br/>みりん<br/>さけ</p> <p><b>＊かにたま</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○＊かにたま</li> <li>さとう</li> <li>しょうゆ</li> </ul> <p>□ごまあぶら<br/>す<br/>かたくりこ</p> <p>673kcal</p>           | <p>さかなのほねに<br/>ちゅういしましょう</p> <p>○牛乳</p> <p>□＊わかめごはん</p> <p><b>なすのみそしる</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○あぶらあげ</li> <li>○どうふ</li> <li>★なす</li> <li>★たまねぎ</li> <li>★にんじん</li> </ul> <p>★えのきたけ<br/>★ねぎ<br/>★みそ<br/>だしパック</p> <p>○さけのしおやき</p> <p><b>よくばり食べ坊</b></p> <p></p> <p>600kcal</p>   | <p>○牛乳</p> <p>□パン</p> <p><b>ミートボールシチュー</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ミートボール</li> <li>□マカロニ</li> <li>□じゃがいも</li> <li>★たまねぎ</li> <li>★にんじん</li> </ul> <p>★プロックリー<br/>○ぎゅうにゅう<br/>コンソメ<br/>シチュールー</p> <p><b>かみかみサラダ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○いか</li> <li>○ツナ</li> <li>○かんでん</li> <li>★きりほしだいこん</li> <li>★きゅうり</li> <li>★コーン</li> <li>□＊なしゼリー</li> </ul> <p>□ごま<br/>□ごまあぶら<br/>す<br/>さとう<br/>しょうゆ</p> <p>705kcal</p> | <p>○牛乳</p> <p>□ごはん</p> <p><b>ひじきのごもくに</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○どりにく</li> <li>○あぶらあげ</li> <li>○ひじき</li> <li>○だいす</li> <li>○ほねく</li> <li>★だいこん</li> <li>★にんじん</li> </ul> <p>★こんにゃく<br/>★いんげん<br/>しょうゆ<br/>さとう<br/>さけ<br/>みりん</p> <p><b>＊いかてんのやくみソースがけ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○＊いかてんぶら</li> <li>★ねぎ</li> <li>★しょうが</li> </ul> <p>しょうゆ<br/>さとう<br/>す</p> <p>710kcal</p>   |
| <p>14</p> <p>○牛乳</p> <p>□パン</p> <p>□＊マーシャルピズ</p> <p><b>ABCマカロニスープ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ウインナー</li> <li>★だいこん</li> <li>★キャベツ</li> <li>★たまねぎ</li> <li>★にんじん</li> </ul> <p>★しめじ<br/>□マカロニ<br/>コンソメ<br/>こしょう</p> <p><b>とりのからあげりんごソース(2こ)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○どりにく</li> <li>★りんご</li> <li>さけ</li> <li>かたくりこ</li> </ul> <p>す<br/>しょうゆ<br/>さとう</p> <p>686kcal</p>                     | <p>○牛乳</p> <p><b>カレーそばうどん</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ごはん</li> <li>○ぶたにく</li> <li>○どりにく</li> <li>○たまご</li> <li>★にんじん</li> <li>★たまねぎ</li> <li>★いんげん</li> </ul> <p>★しいたけ<br/>カレーこ<br/>しお<br/>しょうゆ<br/>さとう<br/>さけ</p> <p><b>きゅうりのおかがあえ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★きゅうり</li> <li>★キャベツ</li> <li>○ちくわ</li> </ul> <p>○かつおぶし<br/>さとう<br/>しょうゆ</p> <p>674kcal</p>       | <p>さかなのほねに<br/>ちゅういしましょう</p> <p>○牛乳</p> <p>□ごはん</p> <p>□＊しそふりかけ</p> <p><b>とうがんのすまじる</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○どうふ</li> <li>★とうがん</li> <li>★にんじん</li> <li>★えのきたけ</li> <li>★こんにゃく</li> </ul> <p>★くろあわびたけ<br/>★クレソン<br/>しょうゆ<br/>しお<br/>だしパック</p> <p>○＊さばのみそに</p> <p>617kcal</p>  | <p>○牛乳</p> <p>□こくとうパン</p> <p><b>コーンポタージュ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ベーコン</li> <li>□じゃがいも</li> <li>★たまねぎ</li> <li>★にんじん</li> <li>★コーン</li> </ul> <p>★コーンクリーム<br/>○ぎゅうにゅう<br/>コンソメ<br/>ポタージュルー</p> <p><b>ツナとにんじんのあまずあえ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ツナ</li> <li>○ひじき</li> <li>★にんじん</li> <li>★きゅうり</li> <li>★キャベツ</li> </ul> <p>さとう<br/>す<br/>しょうゆ<br/>しお</p> <p>687kcal</p>  | <p>○牛乳</p> <p>□ごはん</p> <p><b>マーボー豆腐</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ぶたにく</li> <li>○どりにく</li> <li>○どうふ</li> <li>★たまねぎ</li> <li>★ねぎ</li> <li>★しいたけ</li> <li>★しょうが</li> </ul> <p>○みそ<br/>さとう<br/>しょうゆ<br/>トウバンジャン<br/>テンメンジャン<br/>ちゅうかだし<br/>かたくりこ</p> <p><b>だいがくも(2こ)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ざつまいも</li> <li>さとう</li> </ul> <p>しょうゆ<br/>かたくりこ</p> <p></p> <p>725kcal</p>   |
| <p>21</p> <p>○敬者の日</p> <p></p>   | <p>22</p> <p>○秋分の日</p> <p></p>   | <p>23</p> <p>○牛乳</p> <p><b>ハヤシライス</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ごはん</li> <li>○ぶたにく</li> <li>★にんじん</li> <li>★たまねぎ</li> </ul> <p>□じゃがいも<br/>ハヤシルー<br/>ウスターソース<br/>コンソメ</p> <p><b>フルーツポンチ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ゼリー</li> <li>○かんでん</li> <li>★もも</li> </ul> <p>★パイ<br/>★みかん</p> <p></p> <p>683kcal</p> | <p>24</p> <p>(1~5年)</p> <p>しゃがいけんがく<br/>社会見学</p> <p>6年 おべんとう</p> <p></p>  | <p>25</p> <p>○牛乳</p> <p>□ごはん</p> <p><b>とりにくとだいこんのかんこくふうに</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○どりにく</li> <li>○ちくわ</li> <li>★だいこん</li> <li>★にんじん</li> <li>★いんげん</li> <li>★こんにゃく</li> <li>★しょうが</li> <li>□さといち</li> </ul> <p>□ごま<br/>□ごまあぶら<br/>○みそ<br/>さとう<br/>しょうゆ<br/>さけ<br/>コチジャン</p> <p><b>いとまぼこときゅうりのサラダ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○かまぼこ</li> <li>★キャベツ</li> <li>★きゅうり</li> <li>★コーン</li> </ul> <p>□ごまあぶら<br/>しょうゆ<br/>さとう<br/>す</p> <p>657kcal</p> |
| <p>28</p> <p>○牛乳</p> <p>□パン</p> <p><b>なすいりミートスパゲッティ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□スパゲッティ</li> <li>○ぶたにく</li> <li>○どりにく</li> <li>★なす</li> <li>★たまねぎ</li> <li>★にんじん</li> <li>★しめじ</li> </ul> <p>○ごなチーズ<br/>ガーリック<br/>ケチャップ<br/>トマトピューレ<br/>しょうゆ<br/>コンソメ</p> <p><b>ささみとかいそうのサラダ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○どりにく</li> <li>○かいそう</li> <li>★きゅうり</li> </ul> <p>★コーン<br/>しそドレスング</p> <p>662kcal</p> | <p>29</p> <p>○牛乳</p> <p>□ごはん</p> <p><b>おつきみ</b></p> <p><b>おつきみじる</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□かぼちゃもち</li> <li>★だいこん</li> <li>★にんじん</li> <li>★はくさい</li> </ul> <p>★ごぼう<br/>○あぶらあげ<br/>○みそ<br/>だしパック</p> <p><b>＊てりやきハンバーグ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○＊ハンバーグ</li> <li>しょうゆ</li> <li>さとう</li> </ul> <p>みりん<br/>す<br/>かたくりこ</p> <p>□＊ぶどうゼリー</p> <p></p> <p>680kcal</p> | <p>30</p> <p>○牛乳</p> <p>□ごはん</p> <p><b>はっほうさい</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ぶたにく</li> <li>○いか</li> <li>○うすだまご</li> <li>★にんじん</li> <li>★たまねぎ</li> <li>★はくさい</li> <li>★もやし</li> </ul> <p>★しょうが<br/>□ごまあぶら<br/>さけ<br/>しょうゆ<br/>ちゅうかだし<br/>かたくりこ<br/>こしょう</p> <p>○＊ごもくしゅうまい(2こ)</p> <p>642kcal</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 (からだのちょうしをととのえる)

\* 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12日(月)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   |   |
|------|---|---|
| 1 火  | カレーライス<br>ささみときゅうりのサラダ                              | 牛乳<br>カレーライス[豚 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)]<br>ささみときゅうりのサラダ[鶏 ごま 調味料(ごま 小麦 大豆)]  |
| 2 水  | ごはん<br>具だくさんみそ汁<br>ビーフカツ(とんかつソースクラス1本)              | 牛乳<br>具だくさんみそ汁[豚 調味料(大豆 さば)]<br>ビーフカツ(小麦 乳 牛 大豆 豚) とんかつソース(りんご 大豆)  |
| 3 木  | パン<br>ポークピッツ<br>チキンのオープン焼き                          | 牛乳<br>パン(小麦 乳 大豆)<br>ポークピッツ[豚 大豆 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)]<br>チキンのオープン焼き(鶏 小麦 大豆 乳)   |
| 4 金  | 豚丼<br>ごまじゃこあえ                                       | 牛乳<br>豚丼[豚 麩(小麦) 調味料(小麦 大豆)]<br>ごまじゃこあえ[ごま 調味料(ごま 小麦 大豆)]   |
| 7 月  | パン<br>焼きそば<br>ブロッコリーのサラダ(ドレッシングクラス1本)               | 牛乳<br>パン(小麦 乳 大豆)<br>焼きそば[焼きそば麺(小麦 大豆 鶏 豚 もも りんご) 豚]<br>ブロッコリーのサラダ[ツナ(大豆) ドレッシング(ごま 大豆 小麦 りんご 卵 鶏 豚)]                           |
| 8 火  | ごはん<br>野菜のうま煮<br>かに玉                                | 牛乳<br>野菜のうま煮[鶏 高野豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆)]<br>かに玉[かに玉(卵 かに りんご 大豆) 調味料(小麦 大豆 ごま)]  |
| 9 水  | わかめごはん<br>なすのみそ汁<br>さけの塩焼き                          | 牛乳<br>わかめごはん(無)<br>なすのみそ汁[油揚げ(大豆) 豆腐(大豆) 調味料(大豆 さば)]<br>さけの塩焼き(さけ)  |
| 10 木 | パン<br>ミートボールシチュー<br>かみかみサラダ なしゼリー                   | 牛乳<br>パン(小麦 乳 大豆)<br>ミートボールシチュー[ミートボール(鶏 豚 大豆) マカロニ(小麦) 牛乳(乳) 調味料(乳 小麦 大豆 鶏 豚)]<br>かみかみサラダ[いか ツナ(大豆) ごま 調味料(ごま 小麦 大豆)] なしゼリー(無) |
| 11 金 | ごはん<br>ひじきの五目煮<br>いか天の薬味ソースがけ                       | 牛乳<br>ひじきの五目煮[鶏 油揚げ(大豆) 大豆 調味料(小麦 大豆)]<br>いか天の薬味ソースがけ[いか天ぷら(いか 小麦) 調味料(小麦 大豆)]  |
| 14 月 | パン マーシャルピッツ<br>ABCマカロニスープ<br>とりのから揚げりんごソース(小2個、中3個) | 牛乳<br>パン(小麦 乳 大豆) マーシャルピッツ(大豆 乳)<br>ABCマカロニスープ[ウインナー(豚 鶏 大豆) マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)]<br>とりのから揚げりんごソース[鶏 りんご 調味料(小麦 大豆)]        |
| 15 火 | カレーそば<br>きゅうりのおかかあえ                                 | 牛乳<br>カレーそば[豚 鶏 卵 調味料(小麦 大豆)]<br>きゅうりのおかかあえ[調味料(小麦 大豆)]   |
| 16 水 | ごはん しそふりかけ<br>冬瓜のすまし汁<br>さばのみそ煮                     | 牛乳<br>しそふりかけ(小麦 乳 ごま 大豆)<br>冬瓜のすまし汁[豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 さば)]<br>さばのみそ煮(さば 大豆)  |
| 17 木 | 黒糖パン<br>コーンポタージュ<br>ツナと人参の甘酢あえ                      | 牛乳<br>黒糖パン(小麦 乳 大豆)<br>コーンポタージュ[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 牛乳(乳) 調味料(乳 小麦 大豆 鶏 豚)]<br>ツナと人参の甘酢あえ[ツナ(大豆) 調味料(小麦 大豆)]                         |
| 18 金 | ごはん<br>マーボー豆腐<br>大学芋(小2個、中3個)                       | 牛乳<br>マーボー豆腐[豚 鶏 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)]<br>大学芋[調味料(小麦 大豆)]   |
| 23 水 | ハヤシライス<br>フルーツポンチ                                   | 牛乳<br>ハヤシライス[豚 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)]<br>フルーツポンチ[ゼリー(りんご) もも]  |
| 24 木 | (1~5年) <small>しゃかいけんがく</small><br>社会見学              | 6年 おべんとう  |
| 25 金 | ごはん<br>鶏肉と大根の韓国風煮<br>糸かまぼこときゅうりのサラダ                 | 牛乳<br>鶏肉と大根の韓国風煮[鶏 ごま 調味料(小麦 大豆 ごま)]<br>糸かまぼこときゅうりのサラダ[かまぼこ(卵 えび かに) 調味料(小麦 大豆 ごま)]   |
| 28 月 | パン<br>なす入りミートスパゲッティ<br>ささみと海藻のサラダ                   | 牛乳<br>パン(小麦 乳 大豆)<br>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)]<br>ささみと海藻のサラダ[鶏 調味料(小麦 大豆)]                     |
| 29 火 | ごはん<br>お月見汁<br>照り焼きハンバーグ<br>ぶどうゼリー                  | 牛乳<br>お月見汁[油揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)]<br>照り焼きハンバーグ[ハンバーグ(鶏 豚 大豆 小麦) 調味料(小麦 大豆)] ぶどうゼリー(無)  |
| 30 水 | ごはん<br>八宝菜<br>五目しゅうまい(2個)                           | 牛乳<br>八宝菜[豚 いか うずら卵(卵) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)]<br>五目しゅうまい(小麦 大豆 鶏 豚)   |

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いません。

\* 一部 商品名を載せています。