令和６年度

9月分予定献立表

山北上央
岩出市学校給食共同調理場

月	火	水	木	金
2 ○ 牛乳 **なつやさいのカレーライス** □ ごはん　☆ たまねぎ ○ とりにく　☆ なす ○ ぶたにく　☆ ピーマン ○ だいずにく　☆ トマト ☆ かぼちゃ　カレールウ **フルーツポンチ** □ ゼリー　☆ みかん □ ナタデココ　☆ パイナップル ○ かんてん　☆ もも 2がっきのきゅうしょくスタート 723kcal	**3** ○ 牛乳 □ パン **タイピーエン** ○ ぶたにく　☆ いんげん ○ いか　☆ しょうが ○ うずらたまご　□ はるさめ ☆ はくさい　さけ ☆ キャベツ　ちゅうかだし ☆ たまねぎ　こしょう ☆ にんじん □ ※ぎゅうにくコロッケ 給食はしっかりと！ 653kcal	**4** ○ 牛乳 **ガパオライス** □ ごはん　☆ しょうが ○ とりにく　☆ にんにく ○ ぶたにく　☆ バジル ○ だいずにく　□ ごまあぶら ☆ たまねぎ　オイスターソース ☆ にんじん　コンソメ ☆ **ねごろおおとう**　しょうゆ ☆ パプリカ　さけ ☆ とうもろこし　さとう ☆ たけのこ　トウバンジャン ☆ しいたけ **うめずサラダ** ○ とりにく　うめず ○ かにふうみかまぼこ　しょうゆ ☆ きゅうり　す ☆ だいこん　さとう □ ごま　こしょう □ ごまあぶら 578kcal	**5** ○ 牛乳 □ ごはん □ ※しそふりかけ **なすとあつあげのみそしる** ○ あつあげ　☆ えのきたけ ☆ なす　□ じゃがいも ☆ たまねぎ　○ みそ ☆ にんじん　だしパック ☆ こまつな **とりにくのなしソース** きのかわしさんのなしです。 ○ とりにく　さとう ☆ なし　さけ ☆ にんにく　みりん しょうゆ　かたくりこ 550kcal	**6** ○ 牛乳 □ パン **トマトとまめのスープ** ○ ベーコン　☆ **クレソン** □ ひよこまめ　☆ ブロッコリー □ レンズまめ　□ じゃがいも ☆ トマト　□ マカロニ ☆ たまねぎ　コンソメ ☆ にんじん　こしょう ☆ キャベツ ☆ ※かぼちゃひきにくフライ 689kcal
9 ○ 牛乳 □ ごはん **キャベツのちゅうかに** ○ ぶたにく　☆ しょうが ○ あつあげ　□ ごまあぶら ☆ キャベツ　ちゅうかだし ☆ たまねぎ　しょうゆ ☆ にんじん　こしょう ☆ チンゲンサイ　かたくりこ ☆ しいたけ ○ ※ささみのいそべフライ（2こ） 650kcal	**10** ○ 牛乳 □ パン **ペンネナポリタン** □ ペンネ　☆ なす ○ ベーコン　コンソメ ☆ たまねぎ　ケチャップ ☆ しめじ　トマトピューレー ☆ にんじん　ウスターソース ☆ ピーマン　さとう **かぼちゃサラダ** ○ ハム　☆ にんじん ☆ かぼちゃ　□ じゃがいも ☆ きゅうり　□ マヨネーズふうドレッシング 632kcal	**11** ○ 牛乳 □ ごはん **てづくりふりかけ** ○ ちりめんじゃこ　す ○ かつおぶし　みりん ○ しおこんぶ　しょうゆ □ ごま　さとう **こまつなのみそしる** ○ あぶらあげ　☆ えのきたけ ○ とうふ　□ じゃがいも ☆ こまつな　○ みそ ☆ たまねぎ　だしパック ☆ にんじん **※とうふハンバーグ（おろしソース）** ○ ※とうふハンバーグ　みりん ☆ だいこん　しょうゆ ☆ ねぎ　さとう 600kcal	**12** ○ 牛乳 **ビビンバ** □ ごはん　☆ きりぼしだいこん ○ とりにく　☆ にんにく ○ ぶたにく　☆ しょうが ○ だいずにく　□ ごまあぶら ○ たまご　□ ごま ☆ はくさいキムチ　しょうゆ ☆ キャベツ　さとう ☆ にんじん　す ☆ ほうれんそう **いとかんてんのサラダ** ○ かんてん　しょうゆ ☆ キャベツ　しお ☆ きゅうり　さとう ☆ とうもろこし　す □ ごま　しろワイン □ こめあぶら 594kcal	**13** さかなのほねにちゅういしましょう ○ 牛乳 □ こくとうパン **おおむぎとやさいのスープ** □ おおむぎ　☆ たまねぎ ○ ベーコン　☆ にんじん ☆ だいこん　☆ とうもろこし ☆ しめじ　コンソメ ☆ キャベツ　こしょう **しろみざかなのいちじくソース** ○ たら　しょうゆ ☆ いちじく　さとう ☆ レモン　あかワイン しお　かたくりこ こしょう きのかわしさんです。 627kcal
16 けいろうひ 敬老の日 おじいちゃん おばあちゃん ありがとう	**17** ○ 牛乳 □ パン **ポークシチュー** ○ ぶたにく　☆ しめじ ☆ たまねぎ　□ じゃがいも ☆ にんじん　コンソメ ☆ トマト　ハヤシルウ **こんにゃくとかいそうのサラダ** ○ かいそう　☆ こんにゃく ☆ とうもろこし　あおじそドレッシング ☆ きゅうり いろんなものを食べよう 554kcal	**18** さかなのほねにちゅういしましょう ○ 牛乳 おつきみこんだて □ ごはん **とりだんごのおつきみじる** ○ とりだんご　☆ ねぎ ○ あぶらあげ　☆ えのきたけ ☆ こまつな　□ さといも ☆ はくさい　○ みそ ☆ にんじん　だしパック ○ さばのしおやき **てづくりみたらしだんご（2こ）** □ じゃがもち　しょうゆ さとう　かたくりこ 660kcal	**19** ○ 牛乳 □ ごはん ○ ※ひじきのり **とうにゅうごまみそしる** ○ あぶらあげ　☆ こんにゃく ☆ はくさい　☆ えのきたけ ☆ にんじん　□ ねりごま ☆ こまつな　○ とうにゅう ☆ たまねぎ　○ みそ ☆ ごぼう　だしパック **こめこのとりからあげ** ○ とりにく　しおこうじ ☆ しょうが　しろワイン ☆ にんにく　かたくりこ しょうゆ　こめこ しお　627kcal	**20** ○ 牛乳 □ パン **チキンビーンズ** ○ とりにく　□ じゃがいも ○ だいず　トマトピューレー ☆ たまねぎ　ケチャップ ☆ しめじ　コンソメ ☆ にんじん　さとう ☆ **ねごろおおとう** **チーズいりグリーンサラダ** ○ チーズ　□ こめあぶら ○ とりにく　す ☆ ブロッコリー　さとう ☆ きゅうり　しょうゆ ☆ キャベツ　しお 600kcal
23 ふりかえきゅうじつ 振替休日	**24** ○ 牛乳 □ パン **カレースパじる** □ スパゲッティ　トマトピューレー ○ とりにく　コンソメ ☆ たまねぎ　こしょう ☆ にんじん　カレールウ □ じゃがいも **えだまめサラダ** ☆ えだまめ　す ☆ きゅうり　しお ☆ キャベツ　しょうゆ ☆ とうもろこし　さとう ☆ にんじん　こしょう □ こめあぶら 612kcal	**25** ○ 牛乳 □ ごはん □ ※さけふりかけ **ひじきのごもくに** ○ とりにく　☆ ごぼう ○ ひじき　☆ いんげん ○ あぶらあげ　☆ こんにゃく ○ ほねく　しょうゆ ○ だいず　さとう ☆ だいこん　さけ ☆ にんじん　みりん ○ ※しゅうまい（2こ） 699kcal	**26** ○ 牛乳 □ ※げんりょうゆかりごはん **かやくうどん** □ うどん　☆ ねぎ ○ とりにく　☆ しいたけ ○ あぶらあげ　しょうゆ ☆ はくさい　みりん ☆ にんじん　さけ ☆ たまねぎ　だしパック **※ちくわのりきゅうあげ** ○ ※ちくわ　こむぎこ □ ごま 622kcal	**27** ○ 牛乳 □ パン **とうがんのスープ** ○ とりにく　☆ キャベツ ○ ぶたにく　☆ とうもろこし ☆ とうがん　☆ えのきたけ ☆ たまねぎ　さけ ☆ にんじん　ちゅうかだし ☆ こまつな　こしょう **※やきウインナー（チリビーンズソース）** ○ ※ウインナー　ケチャップ ○ だいず　カレーこ ☆ たまねぎ　チリパウダー ☆ トマト　しお トマトピューレー　かたくりこ 581kcal
30 ○ 牛乳 □ ごはん **キムチに** ○ ぶたにく　☆ にんにく ○ とうふ　□ ごまあぶら ☆ にら　○ みそ ☆ はくさいキムチ　ちゅうかだし ☆ たまねぎ　さけ ☆ もやし　しょうゆ ☆ はくさい　さとう ☆ こんにゃく ○ ※いかドーナツフライ（2こ） 661kcal				

夏休みも終わり、学校生活が再開します。毎日元気にすごすには、早起き、早寝をして、3食をしっかり食べて、生活リズムをととのえることが大切です。夏休み明けの今、生活習慣を見直して、規則正しい生活リズムを心がけましょう。

9月使用予定の
市内産・県内産野菜と果物

クレソン、ねごろ大唐、なす
ピーマン、小松菜、きゅうり
冬瓜、玉ねぎ、いちじく、梨

岩出市の食材が使われている日は、**そうへいちゃん**のイラストをのせ、食材名を太字にしています。

○給食では、市内産、県内産のものを多く使用することで地産地消を進めています。

□・・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10日（木）になりますので、よろしくお願いします。
＊ 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。

令和6年度　　9 月分アレルギー表　　山北上央

岩出市学校給食共同調理場

日	曜	献立名	
2	月	夏野菜のカレーライス　牛乳 フルーツポンチ	夏野菜のカレーライス{鶏 豚 大豆肉(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏)} フルーツポンチ(もも)
3	火	パン　牛乳 タイピーエン 牛肉コロッケ	パン(小麦) タイピーエン{豚 いか うずら卵(卵) 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)} 牛肉コロッケ(小麦 乳 牛 大豆)
4	水	ガパオライス　牛乳 梅酢サラダ	ガパオライス{鶏 豚 大豆肉(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)} 梅酢サラダ{鶏 かに風味かまぼこ(卵 えび かに) ごま 調味料(小麦 大豆 ごま)}
5	木	ごはん しそふりかけ　牛乳 なすと厚揚げのみそ汁 鶏肉の梨ソース	しそふりかけ(小麦 乳 ごま 大豆) なすと厚揚げのみそ汁{厚揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)} 鶏肉の梨ソース{鶏 調味料(小麦 大豆)}
6	金	パン　牛乳 トマトと豆のスープ かぼちゃ挽肉フライ	パン(小麦) トマトと豆のスープ{ベーコン(卵 乳 豚 大豆) マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} かぼちゃ挽肉フライ(小麦 乳 大豆 鶏 豚)
9	月	ごはん　牛乳 キャベツの中華煮 ささみの磯辺フライ(2個)	キャベツの中華煮{豚 厚揚げ(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)} ささみの磯辺フライ(小麦 大豆 鶏)
10	火	パン　牛乳 ペンネナポリタン かぼちゃサラダ	パン(小麦) ペンネナポリタン{ペンネ(小麦) ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} かぼちゃサラダ{ハム(卵 乳 豚 大豆 ゼラチン) 調味料(大豆)}
11	水	ごはん 手作りふりかけ　牛乳 小松菜のみそ汁 豆腐ハンバーグ(おろしソース)	手作りふりかけ{ごま 塩昆布(小麦 大豆) 調味料(小麦 大豆)} 小松菜のみそ汁{油揚げ(大豆) 豆腐(大豆) 調味料(大豆 さば)} 豆腐ハンバーグ(おろしソース){豆腐ハンバーグ(大豆 鶏 豚) 調味料(小麦 大豆)}
12	木	ビビンバ　牛乳 糸寒天のサラダ	ビビンバ{鶏 豚 大豆肉(大豆) 錦糸玉子(卵 大豆) ごま 調味料(小麦 大豆 ごま)} 糸寒天のサラダ{ごま 調味料(小麦 大豆)}
13	金	黒糖パン　牛乳 大麦と野菜のスープ 白身魚のいちじくソース	黒糖パン(小麦) 大麦と野菜のスープ{ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} 白身魚のいちじくソース{調味料(小麦 大豆)}
17	火	パン　牛乳 ポークシチュー こんにゃくと海藻のサラダ	パン(小麦) ポークシチュー{豚 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} こんにゃくと海藻のサラダ{調味料(小麦 大豆)}
18	水	ごはん 手作りみたらし団子(2個) 牛乳 鶏団子のお月見汁 さばの塩焼き	手作りみたらし団子{調味料(小麦 大豆)} 鶏団子のお月見汁{鶏団子(鶏 豚 大豆) 油揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)} さばの塩焼き(さば)
19	木	ごはん ひじきのり　牛乳 豆乳ごまみそ汁 米粉の鶏から揚げ	ひじきのり(小麦 大豆) 豆乳ごまみそ汁{油揚げ(大豆) 豆乳(大豆) ごま 調味料(大豆 さば)} 米粉の鶏から揚げ{鶏 調味料(小麦 大豆)}
20	金	パン　牛乳 チキンビーンズ チーズ入りグリーンサラダ	パン(小麦) チキンビーンズ{鶏 大豆 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} チーズ入りグリーンサラダ{チーズ(乳) 鶏 調味料(小麦 大豆)}
24	火	パン　牛乳 カレースパ汁 枝豆サラダ	パン(小麦) カレースパ汁{スパゲッティ(小麦) 鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} 枝豆サラダ{枝豆(大豆) 調味料(小麦 大豆)}
25	水	ごはん さけふりかけ　牛乳 ひじきの五目煮 しゅうまい(2個)	さけふりかけ(小麦 乳 ごま さけ 大豆) ひじきの五目煮{鶏 油揚げ(大豆) 大豆 調味料(小麦 大豆)} しゅうまい(小麦 卵 えび かに ゼラチン 大豆 鶏 豚)
26	木	減量ゆかりごはん　牛乳 かやくうどん ちくわの利休揚げ	減量ゆかりごはん(無) かやくうどん{うどん(小麦) 油揚げ(大豆) 鶏 調味料(小麦 大豆 さば)} ちくわの利休揚げ(ごま 小麦)
27	金	パン　牛乳 冬瓜のスープ 焼きウインナー(チリビーンズソース)	パン(小麦) 冬瓜のスープ{鶏 豚 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)} 焼きウインナー(チリビーンズソース){ウインナー(鶏) 大豆}
30	月	ごはん　牛乳 キムチ煮 いかドーナツフライ(2個)	キムチ煮{豚 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)} いかドーナツフライ(小麦 卵 乳 いか 大豆)

アレルギー物質を含む食品の表示(対象原材料28品目)を基本に表示しています。

卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに あわび いか いくら オレンジ キウイ 牛肉 くるみ アーモンド
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28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。