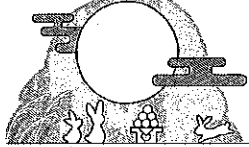


9月分予定献立表

9月25日(金)

十五夜は家族で



お月見しませんか

月

火

水

木

金

1

2

3

4

○牛乳

○※シリア(ブルーベリー)

○牛乳

○牛乳

ロパン

ごはん

ごはん

ロパン

ポークシチュー

○ぶたにく ★トマト
○だいず □じゃがいも
★たまねぎ コンソメ
★しめじ ハヤシルウ
★ブロッコリー

キャベツとあつあげのいために

○ぶたにく ○みそ
○あつあげ ○ごまあぶら
★たまねぎ □かたくくり
★にんじん しょうゆ
★キャベツ ちゅうかだし
★ねごろおどろ デンメンジャン
★しょうが トウバンジャン

うましおにくじゃが

○ぶたにく ★にんにく
○じゃがいも □ごまあぶら
★たまねぎ □さとう
★にんじん しお
★ねぎ さけ
★こんにゃく みりん
★しょうが

ユイミタン

○とりにく ★ほうれんそう
○とうふ ★しょうが
★たまねぎ ちゅうかだし
★にんじん さけ
★キャベツ こしょう
★とうもろこし

キャロットラペ

○ツナ □こめあぶら
★にんじん □さとう
★キャベツ しょうゆ
★きゅうり こしょう
★レモン

○※いかドーナツフライ(2こ)



ほうれんそうのごまじゃこあえ

○ちりめんじゃこ □ごま
★ほうれんそう □さとう
★もやし しょうゆ

※ハンバーグ(バーベキューソース)

○※ハンバーグ □さとう
★たまねぎ ケチャップ
★りんご しょうゆ
★にんにく す
★しょうが さけ

616kcal

612kcal

579kcal

582kcal

7

8

9

10

○※シリア(いちご)

○牛乳

○牛乳

○牛乳

ごはん

ごはん

ごはん

ごはん

わかめスープ

○とりにく ★はくさい
○とうふ ★えのきだけ
○わかめ ★にんにく
★もやし □ごま
★にんじん ちゅうかだし

いそに

○ぶたにく ★いんげん
○ひじき □じゃがいも
○あつあげ □さとう
○ほねく しょうゆ
○だいず さけ
★たまねぎ みりん
★にんじん

なつやさいとむぎにくのカレー

○ごはん ★ふわとろがなす
○ぶたにく ★ねごろおどろ
○とりにく ★トマト
★かぼちゃ カレールウ
★たまねぎ

マセドンスープ

○ベーコン ★いんげん
○とりにく ★しめじ
★たまねぎ □じゃがいも
★にんじん コンソメ
★だいこん こしょう

ヤンニョムチキン(2こ)

○とりにく さけ
★しょうが コチュジャン
○かたくくり ケチャップ
□さとう しょうゆ

○※しゅうまい(2こ)



チーズいりコルスローサラダ

○チーズ □こめあぶら
★キャベツ □さとう
★きゅうり ワインビネガー
★にんじん しお
★とうもろこし こしょう
★たまねぎ

しろみぎかなのいちじくソース

○だら あかワイン
★いちじく しょうゆ
★レモン しお
○かたくくり こしょう
□さとう

588kcal

658kcal

661kcal

637kcal

14

15

16

17

○牛乳

○牛乳

○牛乳

○牛乳

ぎょうざのなみだん

○ごはん ★にんにく
○とりにく □ごまあぶら
○ぶたにく □かたくくり
★はくさい しお
★たまねぎ こしょう
★にら さけ
★えのきだけ しょうゆ
★しょうが ちゅうかだし

どうふのチゲふう

○ぶたにく ★しょうが
○とうふ ★にんにく
★はくさいキムチ □ごまあぶら
★はくさい ○みそ
★にんじん ちゅうかだし
★もやし しょうゆ
★にら さけ
★たまねぎ みりん
★えのきだけ

かぼちゃとたまねぎのみそしる

○あつあげ ★キャベツ
★かぼちゃ ★こんにゃく
★たまねぎ ○みそ
★こまつな だしパック
※とうふハンバーグ(わふうきのごソース)

とりにくマカロニのトマトに

○とりにく ★パセリ
○マカロニ □オリーブゆ
○じゃがいも □さとう
★たまねぎ トマトピューレー
★にんじん ケチャップ
★しめじ ちゅうかのうソース
★トマト コンソメ
★にんにく こしょう

なすのちゅうがあえ

○とりにく す
★ふわとろがなす しょうゆ
★にんにく みりん
★しょうが さけ
□さとう トウバンジャン
□ごまあぶら

○※チキンカツ

※とうふハンバーグ(わふうきのごソース)

○※とうふハンバーグ □さとう
★たまねぎ しょうゆ
★えのきだけ さけ
★しょうが みりん
○かたくくり

えだまめとツナのサラダ

○ツナ ★キャベツ
★えだまめ □たまごシマヨネーズ
★きりぼしだいこん □さとう
★きゅうり しょうゆ
★にんじん しお

689kcal

675kcal

552kcal

672kcal

21

22

23

24

敬者の日

休日

秋分の日

お月見
麻立



麻立

○牛乳

○牛乳

○牛乳

○牛乳

ごはん

ごはん

ごはん

パン

あつあげとなすのみそしる

○あつあげ ★はくさい
○わかめ ★ねぎ
★ふわとろがなす ★えのきだけ
★たまねぎ ○みそ
★にんじん だしパック

ガバオライス

○ごはん ★しょうが
○とりにく ★にんにく
○ぶたにく ★パセリ
★たまねぎ □ごまあぶら
★にんじん □さとう
★ねごろおどろ オイスターソース
★パプリカ コンソメ
★とうもろこし しょうゆ
★たけのこ さけ
★しいたけ トウバンジャン

おつきみしる

○とうふ ★こんにゃく
○あぶらあげ しょうゆ
○さといも さけ
★にんじん だしパック
★こまつな しお
★だいこん

やきそば

○やきそばめん ★たまねぎ
○ぶたにく ★にんじん
○ちくわ さけ
★キャベツ こしょう

さばのピリからみぞれがけ

○さば す
★だいこん みりん
□さとう さけ
○かたくくり トウバンジャン
しょうゆ

しそひじきあえ

○しそひじき ★にんじん
★キャベツ □ごま
★こまつな

とりにくのきんざんじみそやき

○とりにく ○みそ
★にんにく □さとう
★きんざんじみそ しょうゆ
てづくりみたらしだんご(2こ)
□じゃがもち □かたくくり
□さとう しょうゆ

もやしとあおなすのナムル

★もやし □こめあぶら
★こまつな □さとう
★にんじん しょうゆ
★にんにく しお
□ごま トウバンジャン
□ごまあぶら

592kcal

669kcal

672kcal

627kcal

28

29

30

○牛乳

○牛乳

○牛乳

○牛乳

ごはん

パン

ごはん

パン

あつあげとなすのみそしる

○あつあげ ★はくさい
○わかめ ★ねぎ
★ふわとろがなす ★えのきだけ
★たまねぎ ○みそ
★にんじん だしパック

まめとやさいのトマトスープ

○ベーコン ★たまねぎ
○だいず ★にんじん
○しょういんげん ★キャベツ
○じゃがいも ★ブロッコリー
○マカロニ コンソメ
★トマト こしょう

※かぼちゃひきにくフライ

★かぼちゃひきにく フライ

※かぼちゃひきにくフライ

★かぼちゃひきにく フライ

592kcal

669kcal

672kcal

627kcal

9月使用予定の
市内産・県内産野菜と果物

ねごろ大根、ふわとろ長なす

きゅうり、玉ねぎ



岩出市の食材が使われて

いる日は、どうへいちゃん

のイラストをのせ、食材名

を太字にしています。

お月見
麻立



給食では、1人1皿、1人1杯のものを多く使
用することで廃棄物を減らしています。

日 曜	献 立 名	
1 火	パン ポークシチュー キャロットラペ	牛乳 パン(小麦) ポークシチュー[豚 大豆 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] キャロットラペ[調味料(小麦 大豆)]
2 水	ごはん ジョア(ブルーベリー) キャベツと厚揚げの炒め煮 いかドーナツフライ(2個)	ジョア(乳) キャベツと厚揚げの炒め煮[豚 厚揚げ(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)] いかドーナツフライ(いか 大豆 小麦 卵 乳)
3 木	ごはん 牛乳 うま塩肉じゃが ほうれん草のごまじゃこ和え	牛乳 うま塩肉じゃが[豚 調味料(ごま)] ほうれん草のごまじゃこ和え[ごま 調味料(小麦 大豆)]
4 金	パン 牛乳 ユイミータン ハンバーグ(バーベキューソース)	牛乳 パン(小麦) ユイミータン[鶏 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)] ハンバーグ(バーベキューソース)[ハンバーグ(大豆 鶏 豚) りんご 調味料(小麦 大豆)]
7 月	ごはん ジョア(いちご) わかめスープ ヤンニョムチキン(2個)	ジョア(乳) わかめスープ[鶏 豆腐(大豆) ごま 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)] ヤンニョムチキン[鶏 調味料(小麦 大豆)]
8 火	パン 牛乳 和風梅スパゲッティ ごまマヨネーズ和え	牛乳 パン(小麦) 和風梅スパゲッティ[スパゲッティ(小麦) 豚 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] ごまマヨネーズ和え[鶏 ごま 調味料(小麦 大豆)]
9 水	ごはん 牛乳 いそ煮 しゅうまい(2個)	牛乳 いそ煮[豚 厚揚げ(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)
10 木	夏野菜とひき肉のカレー 牛乳 チーズ入りコールスローサラダ	牛乳 夏野菜とひき肉のカレー[鶏 豚 調味料(小麦 大豆 鶏)] チーズ入りコールスローサラダ[チーズ(乳)]
11 金	パン 牛乳 マセドアンスープ 白身魚のいちじくソース	牛乳 パン(小麦) マセドアンスープ[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 鶏 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)]
14 月	ぎょうざの中身并 なすの中華和え	牛乳 ぎょうざの中身并[鶏 豚 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)] なすの中華和え[鶏 調味料(小麦 大豆 ごま)]
15 火	パン 牛乳 じゃがベースープ あじのカレーマリネ	牛乳 パン(小麦) じゃがベースープ[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] あじのカレーマリネ(無)
16 水	ごはん ジョア 豆腐のチゲ風 チキンカツ	ジョア(乳) 豆腐のチゲ風[豚 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)] チキンカツ(小麦 卵 乳 大豆 鶏)
17 木	ごはん 牛乳 かぼちゃと玉ねぎのみそ汁 豆腐ハンバーグ(和風きのこソース)	牛乳 かぼちゃと玉ねぎのみそ汁[厚揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)] 豆腐ハンバーグ(和風きのこソース)[豆腐ハンバーグ(大豆 鶏) 調味料(小麦 大豆)]
18 金	パン 牛乳 鶏肉とマカロニのトマト煮 枝豆とツナのサラダ	牛乳 パン(小麦) 鶏肉とマカロニのトマト煮[鶏 マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] 枝豆とツナのサラダ[枝豆(大豆) 調味料(小麦 大豆)]
24 木	ごはん 手作りみたらし団子(2個) 牛乳 お月見汁 鶏肉の金山寺みそ焼き	牛乳 手作りみたらし団子[調味料(小麦 大豆)] お月見汁[豆腐(大豆) 油揚げ(大豆) 調味料(小麦 大豆 さば)] 鶏肉の金山寺みそ焼き[鶏 調味料(小麦 大豆)]
25 金	パン 牛乳 焼きそば もやしと青菜のナムル	牛乳 パン(小麦) 焼きそば[焼きそば麺(小麦 大豆 鶏 豚 もも りんご) 豚] もやしと青菜のナムル[ごま 調味料(小麦 大豆 ごま)]
28 月	ごはん 牛乳 厚揚げとなすのみそ汁 さばのピリ辛みぞれがけ	牛乳 厚揚げとなすのみそ汁[厚揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)] さばのピリ辛みぞれがけ[さば 調味料(小麦 大豆)]
29 火	パン ジョア(ブルーベリー) 豆と野菜のトマトスープ かぼちゃひき肉フライ	ジョア(乳) パン(小麦) 豆と野菜のトマトスープ[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 大豆 マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] かぼちゃひき肉フライ(小麦 大豆 豚 りんご)
30 水	ガパオライス 牛乳 しそひじき和え	牛乳 ガパオライス[鶏 豚 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)] しそひじき和え[しそひじき(大豆 小麦) ごま]

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。

えび カシューナッツ かに くるみ 小麦 そば 卵 乳 落花生 アーモンド あわび いか いくら オレンジ
キウイフルーツ 牛肉 ごま さけ さば 大豆 鶏肉 バナナ 豚肉 マカダミアナッツ もも やまいも りんご ゼラチン

* 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。