



# 9月分予定献立表



日	こんだて名		アレルギー物質		使用材料名			栄養価	
	主食 飲み物 おかず	全28品目中	赤色の食品 体(骨や血や肉)をつくる もとなる	黄色の食品 エネルギー(体や脳が働く力)の もとなる	緑色の食品 体の調子を整える もとなる	上段:小 下段:中	エネルギー (kcal)	たんぱく 質 (g)	
モロヘイヤ・ 防災の日	1 金	わかめごはん 【ジョア ブルーベリー】 おうさまのスープ ユーリンチー れいとうみかん	乳 卵 豚肉 鶏肉	ジョア ベーコン 卵 鶏肉	わかめごはん		570	22.1	
						737	27.7		
4 月	4 月	ごはん ぎゅうにゅう ほうれんそうともやしのみそしる とうふハンバーグあんかけ ★ごぼうサラダ	乳 大豆 大豆 鶏肉 小麦 卵 大豆 ごま	牛乳 豆腐 みそ 豆腐ハンバーグ	ごはん 砂糖 でん粉		607	19.2	
						796	24.0		
5 火	5 火	ごはん ぎゅうにゅう ごもくスープ しゃんはいパオズ (小2中3コ) もも	乳 卵 大豆 小麦 鶏肉 豚肉 もも	牛乳 豆腐 うずら卵 なんと 上海パオズ	ごはん でん粉 ごま油		555	19.9	
						715	24.7		
6 水	6 水	ごはん ぎゅうにゅう けんちんじる ★いわしのかばやき ミニトマト (2コ)	乳 大豆 鶏肉 小麦	牛乳 鶏肉 豆腐 油揚げ いわしの開きでん粉付き	ごはん じゃがいも 油 油 砂糖		594	26.3	
						757	31.8		
7 木	7 木	ごはん ぎゅうにゅう コーンポタージュ ミートコロケ ソース あきないポンチ	小麦 乳 大豆 乳 小麦 乳 小麦 大豆 鶏肉 もも	牛乳 牛乳 牛乳	ごはん 油 クリームシチュー ミートコロケ 油 春夏冬(あきない)だんご ぶどうゼリー		719	20.0	
						878	23.8		
8 金	8 金	ごはん ぎゅうにゅう なつやさいカレー プレーンオムレツ やさしいソテー	乳 小麦 豚肉 卵 豚肉	牛乳 豚肉 プレーンオムレツ ベーコン	ごはん じゃがいも 油 カレールウ 油		640	22.4	
						802	26.1		
11 月	11 月	ごはん ぎゅうにゅう いとこまぼこのスープ あげぎょうざ (小2中3コ) ★はるさめとキムチのいためもの	乳 大豆 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 豚肉 ごま りんご	牛乳 豆腐 糸かまぼこ ぎょうざ 豚肉	ごはん 油 ごま油 砂糖 はるさめ		609	22.6	
						807	28.6		
12 火	12 火	ごはん ぎゅうにゅう ★きんぴらふうに さばのてりやき チーズ	乳 鶏肉 ごま さば 乳	牛乳 鶏肉 さつまいも揚げ さばの照り焼き チーズ	ごはん 油 砂糖 ごま		572	28.6	
						821	34.2		
三田ヶ谷小 リクエスト献立	13 水	【ちゅうかめん】 ぎゅうにゅう みそラーメン からあげ (2コ) いためナムル	小麦 乳 豚肉 鶏肉	中華めん 牛乳 豚肉 みそ 鶏肉	中華めん 油 ごま油 でん粉 油 油 ごま油		703	31.9	
						845	36.7		
14 木	14 木	しよくばん キャラメルパテ ぎゅうにゅう やさしいスープ しろみぎかなフライ ソース いんげんとコーンのソテー	小麦 乳 大豆 乳 豚肉 小麦 大豆 豚肉	食パン キャラメルパテ 牛乳 ベーコン 白身魚フライ ウィンナー	ごはん キャラメルパテ 牛乳 ベーコン 油 油		575	22.6	
						717	27.7		
15 金	15 金	ごはん 【ジョア プレーン】 タラとチンゲンサイのスープ えびしゅうまい (小2中3コ) ★キムタクごはんのぐ	乳 卵 小麦 えび 鶏肉 豚肉 豚肉 ごま りんご	ジョア タラ 卵 えびしゅうまい 豚肉	ごはん 春雨 でん粉 ごま油 春雨 でん粉 ごま油 油 ごま		553	21.8	
						741	28.3		
19 火	19 火	ごはん ぎゅうにゅう とうふとえのきのスープ ハンバーグてりやきソース ビーフンのオイスターソースいため	乳 大豆 大豆 鶏肉 豚肉 豚肉	牛乳 豆腐 わかめ ハンバーグ 豚肉	ごはん 春雨 ごま油 砂糖 でん粉 油 ビーフン		631	24.1	
						816	30.0		
20 水	20 水	ごはん ぎゅうにゅう はるさめスープ まぐろカツ ★たかなチャーハンのぐ フラワーロール	乳 小麦 大豆 卵 豚肉 小麦 大豆	牛乳 まぐろカツ 焼き豚 炒り卵	ごはん 春雨 ごま油 油 ごま油 フラワーロール		584	20.3	
						773	25.8		
21 木	21 木	ごはん ぎゅうにゅう まぜそば ミートオムレツ 【ヨーグルト】	乳 小麦 豚肉 小麦 乳 卵 大豆 鶏肉 豚肉 乳	牛乳 焼き豚 糸かまぼこ チーズ ミートオムレツ ヨーグルト	ごはん 焼きそば麺 油 ノンエッグマヨネーズ		763	29.0	
						929	34.6		
岡山県郷土料理	22 金	ごはん ぎゅうにゅう ばちじる デミカツ こまつなとしめじのびたし	乳 小麦 鶏肉 小麦 鶏肉 大豆	牛乳 鶏肉 わかめ チキンカツ 油揚げ	ごはん そうめん 油 砂糖 油 砂糖		678	27.7	
						814	31.2		
25 月	25 月	ごはん ぎゅうにゅう だいこんととうふのみそしる カレーコロケ ソース ★さんしょくそぼろ	乳 大豆 小麦 乳 大豆 豚肉 牛肉 卵 豚肉	牛乳 豆腐 みそ わかめ 豚肉 炒り卵	ごはん カレーコロケ 油 砂糖		665	25.8	
						868	32.1		
26 火	26 火	ごはん ぎゅうにゅう ★ちゅうかどんのぐ ポークしゅうまい (小2中3コ) ★さつまいもスティック 【ソフトめん】	乳 卵 豚 いか 小麦 鶏肉 豚肉 小麦	牛乳 豚肉 うずら卵 いか なんと ポークしゅうまい	ごはん 油 砂糖 でん粉 ごま油 さつま芋スティック ソフトめん		624	27.0	
						814	33.9		
27 水	27 水	ごはん 【ジョア ストロベリー】 わかめうどんのしる ★かきあげ こまつなとメンマのソテー	乳 大豆 鶏肉 小麦 卵	ジョア 鶏肉 油揚げ わかめ	ごはん 砂糖 かきあげ 油 油		604	22.2	
						737	28.0		
28 木	28 木	ごはん ぎゅうにゅう ポトフふう チキンフライ ソース れいとうみかん	小麦 乳 大豆 乳 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 牛肉	牛乳 ウィンナー チキンフライ	ごはん じゃがいも 油		590	24.2	
						740	28.1		
十五夜献立	29 金	ごはん ぎゅうにゅう おつきみだんごじる スコッチエッグ 【おつきみゼリー】	乳 鶏肉 小麦 大豆 卵 鶏肉	牛乳 鶏肉 なんと スコッチエッグ	ごはん 白玉団子		628	23.5	
						758	27.0		

給食回数 20回

- ※ 都合により食材が変更になる場合があります。ご了承ください。
- ※ ★はかみかみメニューです。意識して“よくかんで”食べる日にしましょう！
- ※ ☞の日は、先割れスプーンがつかます。
- ※ ☞の日は、おわんが2こつかます。
- ※ ☞のものは、学校配送品です。
- ※ 使用材料をすべて載せているわけではありません。アレルギー等ご家庭でも注意していただき、ご不明な点がありましたら学校給食センターまでお問い合わせください。  
羽生市学校給食センター 048-565-3010

今月の特別献立は 13日(水) 三田ヶ谷小リクエスト献立  
22日(金) 岡山県郷土料理献立  
29日(金) 十五夜献立

### お知らせ

- ・学校給食の食材は、出荷などの時点で放射線量の検査が行われ、安全性が確認されているものを使用しております。食材の産地は、羽生市のホームページに掲載しております。
- ・アレルギー物質は、食品に含まれているものを記載しています。調味料のアレルギー物質は記載していませんのでご了承ください。

月間平均栄養価  
623 24.1  
793 29.2

