

9月 小学校給食献立表



目標

みんなで協力して食事の準備をしよう

大府市教育委員会

日曜	献立名	体をつくる		体の調子を整える		エネルギーになる		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
2金	ごはん 牛乳		牛乳			米		573
	とりにくのこうみやき	鶏肉			しょうが にんにく			
	キャベツのゆかりあえ			赤じそ	キャベツ			
	みだくさんじる	豚肉 生揚げ みそ		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう ねぎ えのきたけ	さといも		
	きよほう(2こ)				巨峰			
5月	ごはん 牛乳		牛乳			米		558
	やきなすのあまみそかけ	みそ			なす しょうが	砂糖	米油	
	やきぶたとやさいのいためもの	焼き豚		チンゲンサイ 赤ピーマン	キャベツ コーン		米油	
	とうふとゆばのすましじる	豆腐 湯葉		にんじん ねぎ	だいこん 玉ねぎ えのきたけ ねぎ			
6火	ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん		690
	カレーうどん	豚肉 かまぼこ 油揚げ		にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ			
	しそいりとりはるまき	鶏肉		にんじん ねぎ 青じそ	玉ねぎ キャベツ ねぎ しょうが	はるさめ でんぶん 小麦粉 砂糖	米油 油	
	ちくさあえ			ほうれんそう にんじん	もやし キャベツ	砂糖		
7水	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		628
	マーボーどうふ	豚肉 鶏レバー 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ しょうが	砂糖 でんぶん		
	はるさめとひじきのちゅうかあえ	ささみ	芽ひじき	にんじん チンゲンサイ	コーン	はるさめ 砂糖	ごま油	
	れいとうみかん				みかん			
8木	ごはん 牛乳		牛乳			米		571
	いわしのしょうがに	いわし			しょうが	砂糖 でんぶん		
	さやつきえだまめ				枝豆			
9金	ごはん 牛乳		牛乳			米		655
	さといもコロッケ	鶏肉				里芋 砂糖 パン粉 小麦粉	米油	
	いそかあえ(きざみのり)		のり	ほうれんそう	もやし	砂糖		
	かきたまじる	卵 豆腐 かまぼこ		にんじん ねぎ	ねぎ 玉ねぎ	でんぶん		
	つきみだんご					米粉 砂糖 でんぶん		
12月	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		663
	さんまのぎんがみやき	さんま みそ				砂糖 米粉		
	じゃがいものうまに	豚肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	玉ねぎ こんにゃく	じゃがいも 砂糖		
	あおなとコーンのいためもの	ささみ		チンゲンサイ にんじん	コーン		米油	
13火	クロスロールパン 牛乳		牛乳			パン		641
	チキンたつた	鶏肉			しょうが	砂糖 小麦粉 でんぶん	油 米油	
	ラタトゥイユ	豚肉 ベーコン		かぼちゃ ピーマン トマト にんじん	玉ねぎ スズッキーニ なす にんにく		オリーブ油	
	ツナサラダ (イタリアンドレッシング)	ツナ			キャベツ きゅうり コーン		ドレッシング	
14水	ごはん 牛乳		牛乳			米		619
	しゅうまい(2こ)	豚肉 鶏肉 たらすり身			玉ねぎ	でんぶん パン粉 小麦粉		
	はっぼうさい	豚肉 うずら卵 いか えび		にんじん チンゲンサイ	はくさい 玉ねぎ 干しいたけ たけのこ しょうが	でんぶん	米油 ごま油	
	もやしのあえもの			にんじん	もやし	砂糖	ごま油	
15木	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		647
	ハヤシライス	豚肉		にんじん パセリ トマト	玉ねぎ エリンギ	じゃがいも 小麦粉 砂糖	豆乳マーガリン	
	チキンとれんこんのサラダ (こうみじおドレッシング)	ささみ			れんこん えだまめ コーン キャベツ		ドレッシング	
	れいとうパイン				パインアップル			
16金	とりめし(アルファかまい) 牛乳	鶏肉 油揚げ	牛乳	にんじん	干しいたけ	アルファ化米 アルファ化もち米 砂糖		623
	さばのしおやき	さば						
	きゅうりとたくあんのごまあえ				きゅうり 千切り大根漬		ごま	
	ごじる	豚肉 大豆 豆腐 豆乳 みそ		にんじん ねぎ	こんにゃく だいこん ごぼう ねぎ			



2日(金) きよほう(大府市産)
16日(金) とりめし(郷土料理)

十五夜と行事食

2022年の十五夜は9月10日です。

十五夜は、月が最もきれいにみえる日です。夜空を見上げてみましょう。
9月9日(金)は、十五夜献立です。



うらへつづきます

