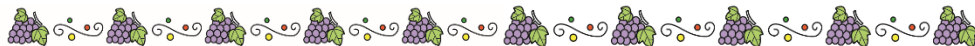


れいわ ねんど
令和6年度

がつ がっ こうきゅうしょくこんだてひょう
9月 学校給食献立表



柴田町学校給食センター

日 曜日	献立名	エネルギーの もとになる (きいろの食品)	からだ 体をつくる もとになる (あかの食品)	からだ ちようし とどの 体の調子を整える もとになる (みどりの食品)	エネルギー kcal	
					たんぱく質 g	脂質 g
2月	バターロールパン ささみチーズフライ コールスローサラダ 肉だんごスープ	パン バター パン粉 大豆油 マヨネーズ じゃがいも オリーブ油 ドレッシング さとう	牛乳 とり肉 チーズ ハム ぶた肉	キャベツ きゅうり コーン 玉ねぎ にんじん セロリ	654 24.5 28.2 2.9	849 33.3 36.3 4.0
3火	ごはん つくねの和風あんかけ つるむらさきのツナ和え おくずかけ	米 さとう パン粉 でんぷん じゃがいも うーめん ちり	牛乳 とり肉 ツナ 油あげ	玉ねぎ つるむらさき 小松菜 もやし ごぼう にんじん だいこん なす しいたけ いんげん	602 23.9 13.7 3.0	768 29.4 15.7 3.7
4水	米粉サンドパン 混ぜ込みミートスパゲティ とり肉のハーブ焼き ブロッコリーサラダ	米粉パン スパゲティ オリーブ油 さとう ドレッシング	牛乳 ぶた肉 大豆 とり肉	玉ねぎ にんじん セロリ マッシュルーム トマト ブロッコリー カリフラワー 赤パプリカ コーン	622 37.7 21.4 2.7	783 46.3 25.1 3.3
5木	ごはん カツオカツ(パックソース) キャベツの炒め煮 さつま汁	米 パン粉 大豆油 米油 さつまいも	牛乳 かつお 油あげ みそ	玉ねぎ キャベツ にんじん こんにゃく 大豆もやし だいこん ごぼう しめじ 長ねぎ	640 21.6 17.6 2.5	820 26.7 21.0 3.1
6金	ごはん ガパオライスの具 タイ風春雨サラダ ビーフン入り中華スープ	米 米油 さとう ごま油 春雨 ビーフン	牛乳 とり肉 大豆 ベーコン	玉ねぎ にんじん だいたいパプリカ 赤パプリカ 黄パプリカ ピーマン もやし きゅうり チンゲンサイ たけのこ しいたけ 長ねぎ	608 24.3 16.2 2.6	761 28.8 18.2 2.9
9月	ミルクパン 味付き肉だんご(小2個・中3個) フレンチサラダ カレー風味ポトフ 豆乳プリン	パン パン粉 ドレッシング じゃがいも 豆乳プリン	牛乳 とり肉 ウインナー	玉ねぎ ブロッコリー コーン にんじん きゅうり かぶ キャベツ	649 22.3 27.1 2.8	817 28.2 32.8 3.6
10火	ごはん とり肉のスタミナ焼き 油ふのたまごとし 小松菜のみそ汁	米 さとう 油ふ でんぷん	牛乳 とり肉 さつまあげ みそ たまご とうふ 油あげ わかめ	にんじん 玉ねぎ しめじ いんげん 小松菜 えのきたけ 長ねぎ	607 33.3 14.8 2.5	756 40.0 16.3 3.0
11水	米粉パン 豆腐ナゲット(小2個・中3個) (パケットマトケチャップ) ポテトリヨネーズ えびボールスープ	米粉パン 小麦粉 大豆油 バター じゃがいも でんぷん	牛乳 とうふ ベーコン チーズ えび たら	玉ねぎ 枝豆 パセリ にんじん しめじ キャベツ セロリ	644 26.8 26.7 3.8	826 33.7 33.6 4.6
12木	ごはん ポークしゅうまい(小2個・中3個) 豆もやしと小松菜のナムル マーボー豆腐	米 パン粉 小麦粉 さとう ごま油 大麦 米油 でんぷん	牛乳 ぶた肉 とり肉 とうふ 大豆 みそ	玉ねぎ 大豆もやし にんじん 小松菜 しいたけ 長ねぎ なら	642 24.2 17.8 2.4	819 29.8 21.2 2.9
13金	ごはん あじの塩こうじ焼き 五目豆 わかめのみそ汁	米 米油 さとう ごま じゃがいも	牛乳 あじ ぶた肉 大豆 わかめ 油あげ みそ	ごぼう にんじん こんにゃく 枝豆 しいたけ なす だいこん 長ねぎ	617 30.2 15.4 2.2	767 36.0 17.2 2.9
17火	ごはん ますの西京みそ焼き さといものそぼろ煮 だまこ汁 お月見ゼリー	米 さとう 米油 さといも だまこもち みかんゼリー	牛乳 ます みそ ぶた肉 とり肉	にんじん いんげん しめじ ごぼう はくさい だいこん 長ねぎ しいたけ	658 29.5 15.3 2.0	820 35.6 17.1 2.4
18水	おからパン オムレットマトソース ごぼうサラダ ABCスープ	パン さとう ごま ドレッシング オリーブ油 マカロニ	牛乳 おから たまご ツナ ウインナー	玉ねぎ きゅうり ごぼう にんじん セロリ キャベツ しめじ パセリ	602 25.5 30.4 3.1	736 31.0 36.4 3.8





※牛乳は毎日つきます

19	木	ごはん ドライカレー 野菜スープ 冷凍みかん	榎木小 リクエスト メニュー	米 大麦 バター さとう カレールウ オリーブ油 じゃがいも	牛乳 ぶた肉 大豆	玉ねぎ にんじん セロリ トマト もやし キャベツ しめじ コーン 長ねぎ みかん	650 23.7 20.8 2.2	813 28.5 24.1 2.8
20	金	ごはん 肉だんごの甘酢あんかけ れんこんサラダ 中華スープ		米 米油 さとう でんぷん ごま油 ドレッシング	牛乳 とり肉 ぶた肉 ツナ わかめ	玉ねぎ たけのこ にんじん ピーマン れんこん 小松菜 きゅうり 枝豆 もやし にら 長ねぎ	621 25.4 17.8 3.0	771 30.2 20.1 3.4
24	火	ごはん コーヒー牛乳の煮 とり肉のレモン煮 海そうサラダ 豚汁	船岡小 リクエスト メニュー	米 コーヒー牛乳のもと 小麦粉 大豆油 さとう でんぷん さといも ドレッシング ごま油	牛乳 とり肉 わかめ ちくわ ぶた肉 とうふ みそ	レモン汁 ブロccoli きゅうり ごぼう こんにゃく にんじん だいこん 長ねぎ	682 32.6 17.0 3.0	840 39.5 19.2 3.9
25	水	米粉パン ホワイトグラタン イタリアンサラダ ミネストローネ		米粉パン さとう じゃがいも 大麦 ドレッシング マカロニ オリーブ油	牛乳 豆乳 おから ウインナー いんげん豆 ひよこ豆 大豆	玉ねぎ ほうれん草 キャベツ きゅうり コーン 赤パブリカ にんじん セロリ トマト	631 22.6 25.4 2.8	820 28.0 32.1 3.7
26	木	ごはん ハンバーグおろしソース きのこベーコンのソテー たまごスープ		米 さとう でんぷん オリーブ油	牛乳 とり肉 ぶた肉 ベーコン とうふ たまご	玉ねぎ だいこん しめじ えのきたけ いんげん にんじん 小松菜	618 25.2 18.9 2.6	785 31.1 22.1 3.0
27	金	ごはん 赤魚のしょうが焼き あつあげのみそ煮 けんちん汁		米 さとう 米油 でんぷん じゃがいも	牛乳 赤魚 あつあげ ぶた肉 油あげ とうふ みそ	キャベツ にんじん ピーマン だいこん 長ねぎ ごぼう しめじ	652 29.9 19.6 2.2	810 35.9 22.3 2.7
30	月	背割りコッパン 焼きそば ホタテ風味カツ フルーツのヨーグルト和え		パン 焼きそばめん 米油 パン粉 大豆油 ゼリー	牛乳 ぶた肉 たら ヨーグルト	キャベツ もやし にんじん 玉ねぎ ピーマン みかん 黄もも パイナップル	620 23.8 22.1 2.8	
		こんげつ 今月の へいきんえいようりょう 平均栄養量	がっこう 学校	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	しょくえんそうとうりょう 食塩相当量 (g)	
			しょう 小	633	26.7	20.3	2.7	
			ちゅう 中	798	32.9	24.0	3.3	

○食材料等の都合で献立を変更する場合があります。ご了承下さい。

○献立表に記載されている食品名は、使用する主な食品名です。

アレルギー表示ではありませんのでご注意ください。

○太字は柴田町の地場産物を使用する予定ですが、生育状況等により変更になる場合があります。

○毎月19日は「食育の日」です。

感謝の心を忘れずにいただきましょう。



リクエスト献立

*榎木小学校より

ヘルシーメッセージ*

ドライカレーと、野菜スープと、みかんで、ビタミンをたくさんとってください！(´▽`)/

*船岡小学校より

ヘルシーメッセージ*

さっぱりおいしい、とり肉のレモン煮は食欲をそそります。豚汁は野菜がたくさん入っていて、栄養をいっぱいとることができます。コーヒー牛乳の素は、小学生に大人気です。おいしく食べましょう。

○太字・斜線が

リクエストメニューになります。

こんげつ しばた しばさんぶつ 《今月の柴田の地場産物》

★米・米粉 (柴田町産)

☆ぜいたくみそ (下名生ファームさん)

★つるむらさき (船岡 高橋 ひろさん)

☆きゅうり (海老穴 佐藤 源吉さん)

～地域の恵みに感謝していただきましょう～

こんげつ こんだて し 《今月の献立のお知らせ》

3日(火) 旬の食材を味わおう！～つるむらさき～

5日(木) 旬の食材を味わおう！～さつまいも～

6日(金) 外国の料理を知ろう！～タイ～

13日(金) まごは(わ)やさしい献立

17日(火) お月見献立

19日(木) 榎木小リクエスト献立

24日(火) 船岡小リクエスト献立

