



# 学校給食予定献立表



だて歴史の杜食育センター

令和元年度 第541号

月		火		水		木		金	
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名
<b>2</b> ごはん 豆腐とじゃがいもの味噌汁 	(低)597 (中)641 (高)681 (中学)730 低17.1 中18.1 高18.9 中学20.2 豆腐、じゃがいも、長ねぎ、大根、カットわかめ、みそ、かつおだし	<b>3</b> ごはん さつまいもそばろ煮 	(低)677 (中)732 (高)785 (中学)858 低26.7 中28.5 高29.8 中学32.1 さつまいも、豚ひき肉、人参、玉葱、さいいんげんしょうゆ、三温糖、みりん、清酒	<b>4</b> ごはん <b>防災メニュー</b> 救給根菜汁 	(低)600 (中)637 (高)672 (中学)713 低22.4 中23.0 高23.6 中学24.6 玉葱、人参、ごぼう、でん粉、こんにやく、さつまいも、大根、しいたけ、かつおだし、醸造調味料、昆布エキス、砂糖、食塩、酵母エキス、水酸化カルシウム	<b>5</b> スライスパン ブロッコリーのクリーム煮 	(低)687 (中)700 (高)712 (中学)779 低29.3 中29.7 高30.2 中学33.2 ダイズポテト、玉葱、人参、ブロッコリー、牛乳、生クリーム、チーズ、バター、食塩、こしょう、チキンコンソメ、ペシャメルソース、ホワイトシチュールウ(原材料の一部に小麦、豚肉を含む)	<b>6</b> ごはん 春雨スープ 	(低)593 (中)640 (高)685 (中学)797 低22.5 中24.0 高25.4 中学29.3 春雨、人参、長ねぎ、豆腐、清酒、こしょう、鶏ガラスープ、しょうゆラーメンスープ(原材料の一部に小麦、大豆、豚肉、鶏肉、魚介類、ごまを含む)
<b>8</b> おうみぎゅう 近江牛コロケ 	じゃがいも、近江牛、玉葱、砂糖、乾燥マッシュポテト、しょうゆ、大豆油、食塩、香辛料、パン粉、米粉、小麦粉(原材料の一部に小麦、大豆を含む)	<b>7</b> わかどり 若鶏のごま照り焼き 	鶏肉、パン粉、粉末状植物性たん白、植物油、ごましょうゆ、砂糖、ぶどう糖、発酵調味料、食塩、チキンエキス、粉末ガラスープ、魚介エキス、増粘剤、酵母エキス、重曹、香料、カロチノイド色素(原材料の一部に鶏肉、乳、小麦、大豆、豚肉、ごまを含む)	<b>9</b> あきさけしお 秋鮭塩焼き 	秋鮭、食塩	<b>11</b> ゆ 茹でうどん 	(低)739 (中)751 (高)763 (中学)839 低25.9 中27.0 高28.2 中学32.1 豚肉、人参、長ねぎ、刻み揚げ、白ごま、もやし、清酒、みりん、カットわかめ、食塩、関西うどんだし(原材料の一部に小麦、大豆を含む)	<b>10</b> むぎい 麦入りごはん 	(低)652 (中)704 (高)752 (中学)855 低20.4 中21.7 高23.2 中学26.0 玉葱、鶏肉、人参、むき枝豆、にんにく、バター、赤ワイン、ウスターソース、トマトケチャップ、ハヤシルウ(原材料の一部に小麦を含む)、ディナーハヤシフレーク(原材料の一部に小麦、乳、バナナ、りんご、大豆、鶏肉を含む)
<b>9</b> ごはん ごま味噌汁 	(低)555 (中)599 (高)641 (中学)696 低26.3 中27.3 高28.2 中学30.3 キャベツ、人参、長ねぎ、豚肉、豆腐、白ごま、練りごま、かつおだし、みそ	<b>10</b> ハッシュドチキン 	うんしゅうみかん缶、ハインアップル缶、上白糖、ヨーグルト、白玉もち(原材料の一部に大豆を含む)、カクテルゼリー(原材料の一部にりんご、大豆、ももを含む)	<b>12</b> コッペパン パンプキンポタージュ 	(低)739 (中)751 (高)763 (中学)839 低25.9 中27.0 高28.2 中学32.1 玉葱、人参、ごぼう、春菊、小麦粉、食塩、バーム油、粉末状植物性たん白、調味料(アミノ酸等)、ペーキングパウダー、カロチノイド色素(原材料の一部に小麦、大豆を含む)	<b>13</b> <b>お月見メニュー</b> ごはん 	(低)595 (中)611 (高)624 (中学)730 低26.8 中27.2 高27.8 中学31.2 南瓜ペースト、玉葱、人参、南瓜、バター、牛乳、脱脂粉乳、チキンコンソメ、こしょう、生クリーム、バセリ、ベーコン(原材料の一部に豚肉、鶏肉、大豆を含む)、パンブキンポタージュ(原材料の一部に小麦、乳を含む)	<b>13</b> <b>お月見メニュー</b> ごはん 	(低)664 (中)711 (高)758 (中学)816 低24.1 中25.4 高26.5 中学28.4 白玉もち、鶏肉、刻み揚げ、大根、長ねぎ、人参、みりん、清酒、食塩、かつおだし、しょうゆ
<b>10</b> チキンの山椒焼き 	鶏肉、しょうゆ、みりん、砂糖、山椒(原材料の一部に鶏肉、大豆、小麦を含む)	<b>14</b> ヨーグルト白玉和え 	切り干し大根、しらたき、むき枝豆、刻み揚げ、ひじき、三温糖、清酒、しょうゆ、サラダ油	<b>14</b> ハーブチキン 	鶏肉、砂糖、液体塩こうじ、食塩、植物油、香辛料、たん白加水分解物、加工でん粉、重曹(原材料の一部に鶏肉を含む)、ブロッコリー、キャベツ、コーン	<b>14</b> ブロッコリーのサラダ 	和風ごまドレッシング(原材料の一部に小麦、大豆、ごま、豚肉、豚肉、ゼラチンを含む)	<b>14</b> 塩だれサラダ 	白菜、人参、まぐろ水煮(まぐろ、食塩)、ごま香るうま塩ドレッシング(原材料の一部に小麦、大豆、鶏肉、ごまを含む)
<b>9月1日は防災の日</b> 		<b>17</b> ごはん 鶏ごぼう汁 	(低)592 (中)635 (高)675 (中学)725 低25.4 中26.7 高27.8 中学29.9 鶏ひき肉、つきこんにやく、長ねぎ、人参、ごぼう、生姜、かつおだし、みそ	<b>18</b> 茹でラーメン 	(低)825 (中)832 (高)840 (中学)970 低33.6 中34.5 高35.3 中学40.7 チャーシュー(原材料の一部に豚肉、小麦、大豆を含む)、もやし、長ねぎ、カットわかめ、なすとスライス(原材料の一部に小麦を含む)、チンタンスープ、しょうゆラーメンスープ(原材料の一部に小麦、大豆、豚肉、鶏肉、魚介類、ごまを含む)、こしょう	<b>19</b> スライスパン ブラウンシチュー 	(低)742 (中)768 (高)782 (中学)895 低26.9 中27.4 高28.2 中学31.5 豚肉、玉葱、人参、じゃがいも、ウスターソース、生クリーム、食塩、ダイスタマト、赤ワイン、トマトケチャップ、こしょう、チキンコンソメ、デミグラスソース、ビーフシチュールウ(原材料の一部に小麦、牛肉、大豆、豚肉、さけ、鶏肉、乳、りんご、バナナを含む)	<b>20</b> ごはん 中華丼 	(低)524 (中)570 (高)635 (中学)712 低26.5 中28.3 高34.7 中学36.1 豚肉、むきえび、花イカ、たけのこ、玉葱、人参、白菜、うずら卵、でん粉、生姜、清酒、こしょう、チキンコンソメ、鶏ガラスープ、唐ラーメンスープ(原材料の一部に豚肉、鶏肉、りんご、小麦、大豆を含む)
<b>※だて歴史の杜食育センターでは9月4日に防災メニューとして備蓄用レトルトパウチの根菜汁を提供します。</b>		<b>17</b> さんまのカレー煮 	さんま、砂糖、しょうゆ、みりん、香辛料、米粉、食塩、玉葱、醸造酢、魚介エキス、寒天風味調味料(アミノ酸等)、粉末昆布(原材料の一部に小麦、大豆、さば、鶏肉を含む)	<b>18</b> ポテトチーズもち 	ばれいしょ、チーズフード、加工でん粉、砂糖、マーガリン、食塩(原材料の一部に乳、大豆を含む)	<b>19</b> ミニトマト 2コ 	ミニトマト	<b>20</b> <b>こまつない</b> 小松菜入り焼売 	豚肉、玉葱、小松菜、豚骨、パン粉、砂糖、食塩、香辛料、小麦粉、たん白加水分解物、グルテン、ピロリン酸第二鉄(原材料の一部に豚肉、小麦、大豆を含む)
		<b>24</b> ごはん けんちん汁 	(低)579 (中)624 (高)669 (中学)722 低22.1 中23.3 高24.7 中学26.5 里芋、つきこんにやく、長ねぎ、豆腐、ごぼう、鶏肉、刻み揚げ、みりん、かつおだし、しょうゆ	<b>25</b> 茹でスパゲティ 	(低)670 (中)686 (高)699 (中学)765 低27.5 中28.3 高29.3 中学32.6 鶏肉、玉葱、コーン、しめじ水煮、のり、牛乳、ベーコン(原材料の一部に豚肉、卵、乳、大豆を含む)、バター、チーズ、食塩、白ワイン、こしょう、チキンコンソメ、ペシャメルソース、ホワイトシチュールウ(原材料の一部に小麦、豚肉を含む)	<b>26</b> <b>はちみつ&amp;マーガリン</b> コッペパン ごろごろ野菜のスー 	(低)694 (中)701 (高)709 (中学)781 低29.9 中30.6 高31.3 中学34.8 鶏肉、じゃがいも、かぶ、玉葱、人参、にんにく、オリーブ油、食塩、こしょう、ショルダーベーコン(原材料の一部に豚肉を含む)、白ワイン、チキンコンソメ、ブイヨングラニュー	<b>27</b> <b>むぎい</b> 麦入りごはん 	(低)632 (中)698 (高)746 (中学)839 低18.9 中20.2 高21.8 中学24.0 豚肉、じゃがいも、玉葱、人参、にんにく、豆乳クリーム、赤ワイン、ウスターソース、トマトピューレ、チキンコンソメ、しょうゆ、フライドオニオン、カレールウ
<b>30</b> ごはん 麻婆豆腐 	(低)649 (中)705 (高)758 (中学)901 低26.3 中28.3 高30.3 中学36.1 豚ひき肉、豆腐、長ねぎ、でん粉、三温糖、生姜、清酒、豆板糖、みそ、しょうゆ、麻婆豆腐の素(原材料の一部に小麦、大豆、鶏肉、豚肉を含む)	<b>24</b> ほっけ唐揚げ(しょうゆ味) 	ほっけ、小麦粉、でん粉、食塩、砂糖、粉末魚肝油、調味料(アミノ酸等)、植物性たん白、植物油、ぶどう糖、グァーガム、大豆、小麦、水あめ、米醸造調味料、酸味料、しょうゆ、みりん、生姜、醸造酢(原材料の一部に大豆、小麦を含む)	<b>25</b> ハッシュポテト 	馬鈴薯、玉葱、米粉、食塩、揚げ油、ビタミンC、ピロリン酸二水素ナトリウム(原材料の一部に大豆を含む)	<b>26</b> <b>あみ</b> 網焼きハンバーグ 	マカロニ、キャベツ、きゅうり、人参、食塩、こしょう、まぐろ水煮(まぐろ、食塩)、ノンエッグマヨネーズ(原材料の一部に乳、大豆を含む)	<b>27</b> <b>フルーツゼリー和え</b> 	うんしゅうみかん缶、ハインアップル缶、マスカットゼリー(原材料の一部にりんごを含む)、カクテルゼリー(原材料の一部にりんご、大豆、ももを含む)

**塩分・脂質平均栄養価は**

エネルギーKcal	塩分g	脂質g	
低学年	646	2.4	20.1
中学年	681	2.5	20.6
高学年	715	2.6	21.1
中学生	796	3.0	22.6

**9月分の給食費の口座振替日は9月30日(月)になります。**  
**※残高不足にご注意下さい。**

**早寝・早起き 朝ごはんを**

早起き! 早寝! 朝ごはん!

**習慣にしましょう!**