

日	こんだてめい	おもなざいりょうめい			エネルギー kcal 脂質 食塩相当量
		おもにエネルギーのもとになる(き)	おもにからだをつくるもとになる(あか)	おもにからだのちょうしをととのえるもとになる(みどり)	
2 (月)	チキントマトカレーライス(むぎごはん チキントマトカレー) 牛乳 オムレツ ヨーグルトあえ	むぎ ごはん ジャがいも あぶら でんぷん さとう あぶら さとう	とりにく 牛乳 たまご ヨーグルト なまクリーム	たまねぎ にんじん トマト しょうが にんにく えだまめ りんご もも パインアップル みかん	772 21.1 2.5
3 (火)	ジャージャーじるうどん(ソフトめん ジャージャーじる) 牛乳 にらまんじゅう1 3年より2 カリフラワーとブロッコリーのサラダ	ソフトめん ごまあぶら こむぎご あぶら	ぶたにく 牛乳 ぶたにく	にんじん たまねぎ もやし たけのこ ねぶかねぎ にんにく しょうが キャベツ にら ねぶかねぎ カリフラワー ブロッコリー	630 17.8 3.1
4 (水)	ごはん 牛乳 とりにくのパーベキューソースかけ かぼちゃのごまがらめ とうがんのスープ	ごはん さとう あぶら あぶら ごま さとう でんぷん	牛乳 とりにく えび	にんにく しょうが たまねぎ りんご かぼちゃ とうがん にんじん ねぶかねぎ	662 21.2 2.1
5 (木)	にしよくごはん(そぼろ いりたまご) 牛乳 だいこんサラダ じゃがいものみそしる	ごはん さとう でんぷん あぶら あぶら さとう でんぷん じゃがいも	とりにく だいず たまご 牛乳 とうふ わかめ	しょうが だいこん きゅうり にんじん たまねぎ にんじん ねぶかねぎ	679 19.2 2.9
6 (金)	シュガートースト 牛乳 ミートボール2 6年より3 ごぼうサラダ ラビオリスープ	パン マーガリン さとう パンご さとう あぶら ごま こむぎご パンご あぶら	牛乳 とりにく たまご だいず ぶたにく たまご ぶたにく	たまねぎ ごぼう にんじん にんじん たまねぎ もやし	592 22.2 3.2
9 (月)	ごはん 牛乳 ぶたにくのびりからいため ひやゃっこ はんぺんのすましじる	ごはん さとう あぶら はなふ	牛乳 ぶたにく とうふ はんぺん とうふ	キャベツ たまねぎ にんじん ねぶかねぎ しめじ	641 18.8 2.5
10 (火)	サラダうどん(ソフトめん サラダうどんのぐ めんつゆ) 牛乳 おさかなソーセージもみじあげ マスカットゼリーあえ	ソフトめん でんぷんご あぶら さとう	わかめ 牛乳 ぎょくにソーセージ	とうもろこし きゅうり にんじん もやし にんじん ぶどうかじゅう りんごかじゅう ナタデココ	611 15.7 3.7
11 (水)	てまきごはん(ごはん えびフリッター2 たまごゆき1 3年より2 ツナマヨネーズあえ のり しょうゆ) 牛乳 もすくのみそしる	ごはん あぶら こむぎご さとう でんぷん マヨネーズ	えび たまご たまご ツナ のり 牛乳 もすく とうふ	きゅうり とうもろこし にんじん ねぶかねぎ パインアップルかじゅう	705 27.3 3.0
12 (木)	ごはん ほうこうにゅう(パイン) イカチリソースかけ にくじゃが ライチジュレ	ごはん でんぷん ごまあぶら さとう じゃがいも さとう あぶら さとう	ほうこうにゅう いか ぶたにく	ねぶかねぎ しょうが にんにく トマト にんじん たまねぎ パインアップル もも ライチかじゅう	678 9.9 1.7
13 (金)	コロッケパン(バターロール1 6年より2 ミートコロッケ ソース) 牛乳 スパゲティミートソース コールスローサラダ	バターロール ジャがいも パンご さとう あぶら スパゲティ あぶら あぶら	牛乳 ぶたにく ぶたにく だいず チーズ	たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム トマト キャベツ にんじん とうもろこし	24.1 2.9
17 (火)	おかめうどん(ソフトめん おかめじる) 牛乳 さつまいもむしパン だいこんのべっこうに	ソフトめん こむぎご さとう さつまいも さとう あぶら	とりにく かまぼこ たまご 牛乳 たまご とりにく	にんじん たけのこ ほうれんそう ねぶかねぎ しいたけ だいこん	652 15.0 3.1
18 (水)	ハヤシライス(ごはん ぶたにくのハヤシ) 牛乳 こちししゃもいそべフリッター1 3年より2 れいとうみかん	ごはん ジャがいも あぶら こむぎご でんぷん あぶら	ぶたにく 牛乳 ししゃも のり	たまねぎ にんじん みかん	770 26.5 2.2
19 (木)	ごはん 牛乳 さばのさらさあげ キャベツのごまあえ もやしのみそしる	ごはん でんぷん あぶら ごま	牛乳 さば とうふ あぶらあげ	しょうが キャベツ にんじん にんじん もやし ねぶかねぎ	678 25.5 2.1
20 (金)	てりやきバーガー(バーガーパン ハンバーグてりやきソースかけ) 牛乳 シーザーサラダ(クルトン) ほうれんそうのクリームスープ	パン パンご さとう でんぷん ごま クルトン あぶら さとう マーガリン	とりにく だいず たまご ぶたにく きゅうりにく 牛乳 チーズ ベーコン 牛乳	たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん にんじん たまねぎ ほうれんそう とうもろこし	623 23.9 3.3
24 (火)	マーボーめん(ソフトめん マーボーめん スープ) 牛乳 ポテトはるまき マンゴーあんにんゼリーあえ	ソフトめん あぶら でんぷん ごまあぶら こむぎご ジャがいも あぶら さとう	ぶたにく とうふ とりにく 牛乳 だいず 牛乳	しょうが にんにく にんじん たまねぎ もやし たけのこ にら たまねぎ にんじん トマト もも マンゴーかじゅう	729 25.1 2.7
25 (水)	ごはん 牛乳 とりにくのレモンに きゅうりとキャベツのあさづけ なすのみそしる	ごはん さとう あぶら でんぷん	牛乳 とりにく	レモンかじゅう きゅうり キャベツ なす ねぶかねぎ	693 24.1 2.5
26 (木)	ごはん 牛乳 さんまのにつけ いろどりひじきに けんちんじる	ごはん さとう さとう あぶら さとも ごまあぶら あぶら	牛乳 さんま かつおぶし ひじき さつまあげ ぶたにく とうふ	しょうが にんじん とうもろこし えだまめ だいこん にんじん ねぶかねぎ ごぼう	606 16.1 2.4
27 (金)	ナンカレー(ナン カレードチキン) 牛乳 まめピューレのシチュー フルーツしらたま	ナン こむぎご マーガリン じゃがいも マーガリン しらたま	とりにく だいず とりにく いんげんまめ 牛乳	にんじん たまねぎ ピーマン たまねぎ にんじん もも パインアップル	595 16.8 2.5
30 (月)	ごはん 牛乳 さけのクリームソースかけ ほうれんそうのソテー たまごとえだまめのスープ	ごはん あぶら マーガリン でんぷん	牛乳 さけ 牛乳 たまご ベーコン	たまねぎ ほうれんそう とうもろこし たまねぎ にんじん えだまめ	599 16.0 2.0
都合により献立の内容を変更することがあります。 使用料の少ない食品は、材料名を記載していません。詳細な内容が必要な場合は、お問い合わせください。				給食回数 19回 平均	659 20.3 2.7

十五夜は9月14日で、別名芋名月といわれますが、里芋の時期としては早いので、9月26日にお月見メニューをいれました。
29日が新月で、地球からみて月と太陽が同じ方向となり月が見えない日です。26日ごろは、細い三日月を眺めてみてはいかがでしょうか。