

9月予定献立表

実施回数 18回 平均エネルギー 610kcal 平均たんぱくしつ 21.7g

加古川市教育委員会学務課

日	3日（水）	4日（木）	5日（金）	8日（月）	9日（火）	10日（水）	11日（木）	12日（金）	16日（火）
献立	ごはん ぎゅうにゅう こうやどうふのふくめに ごまあえ ★じゃこつくだに	アップルパン ぎゅうにゅう はるまき はっぼうさい	なつやさいカレー (ごはん) ぎゅうにゅう やさいサラダ チーズ	パン ぎゅうにゅう やきそば ★わかさぎのからあげ フルーツカクテル	そばろごはん (むぎごはん) ぎゅうにゅう だいずのコロコロに みそけんちん	ごはん(小) ぎゅうにゅう チキンチキンごぼう オニオンスープ ヨーグルト	パン ぎゅうにゅう コロッケ ボイルやさい ワンタンスープ	わかめごはん ぎゅうにゅう ごもくに やさいのあまずに	ごはん ぎゅうにゅう カレーに やさいソテー
副食材料	とりにく こうやどうふ じゃがいも たまねぎ にんじん ほししいたけ さやいんげん さとう しょうゆ さけ みりん にぼしだし やきぶた にんじん キャベツ もやし ごま さとう しょうゆ ごまあぶら ちりめんじゃこ ごま さとう しょうゆ みりん	ドライアップル はるまき あげあぶら ぶたにく いか うずらたまご しょうが たまねぎ にんじん はくさい たけのこ ほししいたけ チンゲンサイ ポークブイヨン しお しょう しょうゆ さけ オイスターソース とうもろこしでんぶん ごまあぶら あぶら 1こ	ぶたにく にんにく しょうが じゃがいも たまねぎ にんじん なす かぼちゃ オリーブオイル ピーマン ポークブイヨン カレーこ しお ケチャップ ソース しょうゆ あぶら にんじん キャベツ とうもろこし マヨネーズタイプドレッシング チーズ 2こ	やきそばめん ぶたにく いか ちくわ たまねぎ にんじん キャベツ もやし ねぎ けずりぶしこ しお しょう ソース あぶら わかさぎ しお こしょう じょうしんこ あげあぶら おうとう(かんづめ) ダイスゼリー(マスカット)	おおむぎ きょうかまい まぐろ(あぶらづけ) しょうが ごさとう さけ だいず(みずに) けずり こんにゃく にんじん ほししいたけ さやいんげん さとう しょうゆ とりにく こんにゃく あぶらあげ だいこん ごぼう ねぎ みそ にぼしだし	とりにく しお こしょう ごぼう じょうしんこ あげあぶら えだまめ さとう さけ みりん ベーコン たまねぎ にんじん とうもろこし エリンギ ポークブイヨン しお しょう しょうゆ さけ ごまあぶら にぼしだし 1こ	コロッケ あげあぶら キャベツ にんじん ワンタン ぶたにく たまねぎ にんじん はくさい ねぎ ほししいたけ しょうが ポークブイヨン しお しょう しょうゆ さけ ごまあぶら にぼしだし 1こ	わかめごはんのもと きょうかまい とりにく あつあげ ソース ちくわ だいず(みずに) じゃがいも にんじん だいこん さやいんげん さとう しょうゆ みりん さけ にぼしだし ポークウィンナー たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし チンゲンサイ しお こしょう しょうゆ あぶら	とりつくね ベーコン じゃがいも たまねぎ にんじん さやいんげん さとう しょうゆ みりん カレーこ にぼしだし ポークウィンナー たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし チンゲンサイ しお こしょう しょうゆ あぶら
日	17日（水）	18日（木）	19日（金）	22日（月）	24日（水）	25日（木）	26日（金）	29日（月）	30日（火）
献立	ごはん ぎゅうにゅう さばのみそに すましじる ひじきふりかけ	パン ぎゅうにゅう てりやきハンバーグ こふさいも コーンスープ	ごはん ぎゅうにゅう ちくわのてんぷら ★かえりちりめんのごまあげ テンジャンチゲ ふりかけ(かつお)	パン ぎゅうにゅう さわらのカレーマリネ コーンポタージュ パインアップル(フローズン)	ごはん ぎゅうにゅう あつあげのそばろに ぎんまいスープ あじつけのり	こくとうパン ぎゅうにゅう ホキのチリソース げんまいスープ ★アーモンド	ごはん ぎゅうにゅう いわしのしょうがに きんぴらだいず はるさめじる	パン ぎゅうにゅう きのこシチュー コールスローサラダ	ごはん(小) ぎゅうにゅう えだまめとかぼちゃのかきあげ とうがんと ひじきつくだに
副食材料	さば しょうが さとう みそ さけ みりん とうふ かまぼこ たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ ふ しお しょうゆ にぼしだし だしこんぶ ひじき かつおけずりぶし ごま さとう しょうゆ みりん 1きれ	ハンバーグ さとう しょうゆ みりん しめじ とうもろこしでんぶん じゃがいも しお こしょう ベーコン たまねぎ にんじん とうもろこし エリンギ チキンブイヨン ポークブイヨン しお こしょう しょうゆ 1こ	ちくわ こむぎこ あげあぶら かえりちりめん ごま こむぎこ あげあぶら ぶたにく とうふ たまねぎ にんじん もやし はくさいキムチ にら みそ みりん さけ ごまあぶら にぼしだし ふりかけ(かつお) 1/2ぼん 1ふくろ	さわら しお こしょう じょうしんこ あげあぶら たまねぎ にんじん す さとう しょうゆ カレーこ ベーコン じゃがいも たまねぎ にんじん コーンパースト クリームコーン ぎゅうにゅう なまクリーム ポークブイヨン チキンブイヨン しお こしょう パインアップル(フローズン) 1きれ 1き	とりひきにく あつあげ しょうが グリーンピース さとう しょうゆ みりん ぶたにく にぼしだし さつまいも たまねぎ にんじん もやし ねぎ みそ にぼしだし あじつけのり 1ふくろ	くろぎとう ホキ しお こしょう じょうしんこ あげあぶら しょうが にんにく トマト(みずに) ケチャップ さとう しょうゆ さけ チリパウダー あぶら ベーコン たまねぎ にんじん はくさい しめじ げんまい ポークブイヨン チキンブイヨン しお こしょう アーモンド 1ふくろ	いわし しょうが さとう しょうゆ さけ ぶたにく だいず(みずに) こんにゃく にんじん ごぼう ごま さとう しょうゆ みりん ごまあぶら とうふ かまぼこ たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ りよくとうはるさめ しお しょうゆ にぼしだし 1きれ	ベーコン とりにく じゃがいも にんじん たまねぎ しめじ エリンギ えのきたけ グリーンピース ポークブイヨン ベシャメルソース ぎゅうにゅう なまクリーム しお こしょう にんじん キャベツ きゅうり コールスロードレッシング	いか ちくわ さつまいも ごぼう にんじん かぼちゃ えだまめ こむぎこ しお あげあぶら とうふ たまねぎ にんじん とうがん えのきたけ ねぎ しょうゆ さけ だしこんぶ にぼしだし ひじきつくだに

○印…血・肉・骨になり、からだをつくるもの（赤色） □印…熱や力のもとになるもの（黄色） △印…からだの調子をととのえるもの（みどり色） ★印…かみかみメニュー ■印…兵庫県産食材

◎物資等の都合により変更する場合があります。 ◎アップルパンや麦ごはんなどの主食への混ぜ込み材料は、副食材料欄に記載しています。

次回給食費引落日：10月31日（金）[9月分] ★口座への入金をお願いします★