

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(小) ☒ りゅうにゅう えだまめとかぼちゃのかきあげ とうがんじる ひじきつくだに	そぼろごはん ☐ (むぎごはん) ☒ りゅうにゅう だいずのコロコロに みそけんちん	☐ アップルパン ☒ りゅうにゅう はるまき はっぽうさい	なつやさいカレー ☐ (ごはん) ☒ りゅうにゅう やさいサラダ チーズ	☐ こくとうパン ☒ りゅうにゅう ホキのチリソース げんまいスープ ★アーモンド	☐ ごはん ☒ りゅうにゅう いわしのしょうがに ★きんぴらだいず はるさめじる	☐ ごはん ☒ りゅうにゅう こうやどうふのふくめに ごまあえ ★じゃこつくだに	☐ パン ☒ りゅうにゅう コロッケ ボイルやさい ワンタンスープ	☐ パン ☒ りゅうにゅう きのこシチュー コールスローサラダ
副食材料	☒ 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 ☐ しお ☐ あげあぶら ☒ とうふ ☒ かまぼこ ☒ たまねぎ ☒ にんじん ☒ とうがん ☒ えのきたけ ☒ ねぎ ☒ しお ☒ うゆ ☒ さけ ☒ だし ☒ こんぶ ☒ にぼし ☒ ひじきつくだに	☐ おおむぎ ☐ きょうかまい ☐ ましろうが ☒ まま ☐ さし ☐ とうゆ ☐ さけ ☒ だいず(みずに) ☐ しお ☐ ちくわ ☐ こんにゃく ☒ にんじん ☒ かまぼこ ☒ たまねぎ ☒ にんじん ☐ さし ☐ とうゆ ☒ しお ☒ にぼし ☒ だし ☐ とうふ ☐ こんにゃく ☐ あぶら ☒ にんじん ☒ だいこん ☒ ごぼう ☒ ねぎ ☒ にぼし ☒ だし	☒ 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 ☒ なす ☒ かぼちゃ ☐ オリーブオイル ☐ ピーマン ☒ ポークブイオン ☐ カレールウ ☒ たけのこ ☒ しょうが ☒ チンゲンサイ ☒ ポークブイオン ☐ しお ☒ こしょう ☒ ケチャップ ☒ ソース ☒ しょうゆ ☐ さけ ☐ とうもろこし ☐ こんぶ ☐ だし ☐ あぶら ☒ オイスターソース ☐ とうもろこし ☐ こんぶ ☐ だし ☐ あぶら	☒ 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 ☒ ポークブイオン ☐ カレールウ ☒ たけのこ ☒ しょうが ☒ チンゲンサイ ☒ ポークブイオン ☐ しお ☒ こしょう ☒ ケチャップ ☒ ソース ☒ しょうゆ ☐ さけ ☐ とうもろこし ☐ こんぶ ☐ だし ☐ あぶら ☒ オイスターソース ☐ とうもろこし ☐ こんぶ ☐ だし ☐ あぶら	☐ くらぎとう ☒ ホキ ☐ しお ☐ こしょう ☐ しょうゆ ☐ あげあぶら ☒ トマト(みずに) ☒ ケチャップ ☐ さし ☐ とうふ ☐ かまぼこ ☒ たまねぎ ☒ にんじん ☒ はくさい ☒ しめじ ☒ げんまい ☒ ポークブイオン ☒ チキンブイオン ☐ しお ☒ こしょう ☐ アーモンド	☒ いわし ☒ しょうが ☐ さし ☐ しょうゆ ☐ さけ ☒ ぶたにく ☒ だいず(みずに) ☒ にんにく ☒ にんじん ☒ ごぼう ☒ さし ☐ とうま ☐ さし ☐ しょうゆ ☐ みりん ☐ 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 ☐ りょう ☐ しお ☐ しょうゆ ☐ にぼし ☐ だし	☐ コロッケ ☐ あげあぶら ☒ キャベツ ☒ にんじん ☒ ソース ☒ ワンタン ☒ ぶたにく ☒ たまねぎ ☒ にんじん ☒ はくさい ☒ ねぎ ☒ しょうが ☒ ポークブイオン ☐ しお ☐ しょうゆ ☐ さけ ☐ とうま ☐ さし ☐ しょうゆ ☐ にぼし ☐ だし	☒ ベーコン ☒ とうりにく ☐ 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 ☒ グリンピース ☒ ポークブイオン ☐ ペンチメルト ☒ りゅうにゅう ☐ しお ☒ こしょう ☒ キャベツ ☒ きゅうり ☒ コールスロー ☒ ドレッシング	
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 ☒ りゅうにゅう ちくわのてんぷら ★かえりちりめんの テンジャンゲ ふりかけ(かつお)	☐ わかめごはん ☒ りゅうにゅう ごもくに やさいのあまずに	☐ パン ☒ りゅうにゅう てりやきハンバーグ こふさいも コーンスープ	☐ ごはん ☒ りゅうにゅう カレーに やさいソテー	☐ ごはん(小) ☒ りゅうにゅう チキンチキンごぼう オニオンスープ ヨーグルト	☐ ごはん ☒ りゅうにゅう さばのみそに すましじる ひじきふりかけ	☐ パン ☒ りゅうにゅう やきそば ★わかさぎのからあげ フルーツカクテル	☐ ごはん ☒ りゅうにゅう あつあげのそぼろに ぶたじる あじつけのり	☐ パン ☒ りゅうにゅう 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)
副食材料	☒ ちくわ ☐ こむぎ ☐ あげあぶら ☒ かえりちりめん ☐ ごま ☐ こむぎ ☐ 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 ☒ りょう ☒ みりん ☐ さけ ☐ ごま ☐ あぶら ☐ にぼし ☐ だし ☐ こんぶ ☐ ふりかけ(かつお)	☐ わかめごはん ☐ きょうかまい ☒ あつあげ ☒ ちくわ ☒ だいず(みずに) ☐ じゃがいも ☒ にんじん ☒ しょうゆ ☒ だいこん ☒ さやいんげん ☐ さし ☐ とうま ☐ さし ☐ しょうゆ ☒ たまねぎ ☒ にんじん ☒ とうもろこし ☒ エリンギ ☒ チキンブイオン ☒ ポークブイオン ☐ しお ☒ こしょう ☒ しょうゆ ☐ さし ☐ とうま ☐ さし ☐ しょうゆ ☐ しお ☐ ごま ☐ あぶら	☒ ハンバーグ ☐ さし ☐ とうゆ ☐ みりん ☒ しめじ ☐ とうもろこし ☐ 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 ☒ チキンブイオン ☒ ポークブイオン ☐ しお ☒ こしょう ☒ しょうゆ	☒ 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 ☐ さし ☐ とうゆ ☐ しょうゆ ☐ みりん ☐ カレー ☐ にぼし ☐ 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	☒ とうりにく ☐ しお ☐ しょうゆ ☒ ごぼう ☐ しょうしんこ ☐ あげあぶら ☒ えだまめ ☐ さし ☐ とうゆ ☐ さし ☐ しょうゆ ☐ ベーコン ☒ たまねぎ ☒ にんじん ☒ とうもろこし ☒ エリンギ ☒ ポークブイオン ☒ チキンブイオン ☐ しお ☒ こしょう ☐ しょうゆ ☐ ヨーグルト	☒ さば ☒ しょうが ☐ さし ☐ とうま ☒ 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 ☐ こんぶ ☐ ひじき ☐ かつお ☐ ごま ☐ さし ☐ しょうゆ ☐ みりん	☐ やきそば ☒ 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 ☒ にぼし ☒ けずり ☐ しお ☐ しょうゆ ☐ ソース ☐ あぶら ☒ わかさぎ ☐ しお ☐ こしょう ☐ しょうしんこ ☐ あげあぶら ☒ とうとう(かんづめ) ☒ ダイゼリー(マスカット)	☒ とりひきに ☒ あつあげ ☒ しょうが ☒ グリンピース ☐ さし ☐ しょうゆ ☐ さけ ☐ みりん ☐ とうもろこし ☐ にぼし ☐ ぶたにく ☐ さつまいも ☒ たまねぎ ☒ にんじん ☒ もやし ☒ ねぎ ☒ みそ ☐ にぼし ☒ あじつけのり	☒ さわら ☐ しお ☐ こしょう ☐ しょうしんこ ☐ あげあぶら ☒ たまねぎ ☒ にんじん ☐ さし ☐ しょうゆ ☐ カレー ☐ ベーコン ☐ じゃがいも ☒ たまねぎ ☒ にんじん ☒ コーンペースト ☒ クリームコーン ☒ りゅうにゅう ☒ なまクリーム ☒ ポークブイオン ☒ チキンブイオン ☐ しお ☐ こしょう ☐ パインアップル(フローズン)

○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

◎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★