



8. 9月 献立表



日	献立・配膳図					使用材料名			日	献立・配膳図					使用材料名																
8/27 木				赤	鶏肉・ベーコン・青のり・牛乳	766	30.1	27.4	104.1	302	2	3.8	2.8	11 金				赤	(ラザニア)・ベーコン・鶏肉・牛乳	771	24.7	25.1	117.4	374	3.4	6.6	2.2				
				黄	米・じゃが芋・カレー粉・ターメリック・コンソメ													黄	米・じゃが芋・無塩バター・コンソメ												
				緑	法蓮草・キャベツ・人参・玉葱・ニンニク													緑	法蓮草・しめじ・人参・コーン・玉葱・キャベツ・大根												
28 金				赤	(野菜コロッケ)・豚肉・(肉団子)・豆腐・牛乳	804	23.3	28.3	116.9	395	7.8	4.6	2	14 月				赤	鰯・豚肉・薄揚げ・味噌・牛乳	774	37.8	23.3	105.8	439	3.9	5.1	2.4				
				黄	米・ドレッシング・菜種油													黄	米・薩摩芋・ゴマ・三温糖												
				緑	キャベツ・人参・胡瓜・コーン・白菜・大根・しめじ・葱													緑	小松菜・人参・切干大根・牛蒡・葱・大根・しめじ・糸蒟蒻												
31 月				赤	鶏肉・塩昆布・ワカメ・ベーコン・牛乳	812	31.2	31.4	105.1	326	2.1	5	2.9	15 火				赤	(トンカツ)・卵・ベーコン・牛乳	768	25.4	26.5	111.1	293	2.6	3.2	2.7				
				黄	米・コンソメ・てんぷら粉・菜種油													黄	米・三温糖・菜種油・コンソメ												
				緑	キャベツ・人参・法蓮草・玉葱・葱・椎茸・もやし・ニンニク・生姜													緑	玉葱・葱・人参・法蓮草・キャベツ・コーン・えのき												
9/1 火				赤	鯖・牛肉・豆腐・薄揚げ・味噌・牛乳	864	30.3	34	106.6	384	4.7	4.2	2.7	16 水				赤	牛肉・豚肉・ツナ・牛乳	938	28.6	29.5	131.2	408	5.9	4.2	2.9				
				黄	米・じゃが芋・ゴマ・三温糖													黄	米・麦・じゃが芋・ドレッシング・カレールー・豆乳・パンナコッタ												
				緑	玉葱・人参・インゲン・もやし・葱・しらたき													緑	キャベツ・胡瓜・コーン・玉葱・人参												
2 水				赤	(餃子)・豚肉・ハム・ワカメ・(錦糸卵)・牛乳	761	25.1	25.4	113.4	306	2.9	4	1.9	17 木	 文化祭の為に給食なし					18 金		1食中華麺 担々麺汁		769	29.8	28.8	102.6	430	3.1	8.4	2.8
				黄	米・春雨・マロニー・ドレッシング・てんぷら粉・ごま油・鶏ガラスープ・菜種油										黄	中華麺・鶏がらスープ・豆板醤・三温糖															
				緑	胡瓜・キャベツ・人参・もやし・椎茸・青梗菜・玉葱・葱										緑	切干大根・法蓮草・青梗菜・人参・モヤシ・葱															
3 木				赤	(豆腐ハンバーグ)・豚肉・薄揚げ・ハム・牛乳	766	26.6	24.1	113.6	335	3.5	5.2	2.8	24 木				赤	(小籠包)・豚肉・鶏肉・昆布・牛乳	783	35.5	24.4	107.8	312	2.6	4.3	1.9				
				黄	米・じゃが芋・蒲焼のタレ・澱粉・ペペロンチーノ・菜種油													黄	中華麺・鶏がらスープ・豆板醤・三温糖												
				緑	小松菜・牛蒡・大根・椎茸・人参・葱													緑	切干大根・法蓮草・青梗菜・人参・モヤシ・葱												
4 金				赤	(チキンカツ)・ツナ・ベーコン・牛乳	798	31.5	37.6	92.6	312	1	5	4.2	25 金				赤	鯖・鶏メンチ・薄揚げ・かつお節・牛乳	783	35.5	24.4	107.8	312	2.6	4.3	1.9				
				黄	コッペパン・じゃが芋・ドレッシング・無塩バター・コンソメ・クリームシチューの素													黄	米・里芋・カレー粉・澱粉・菜種油												
				緑	キャベツ・人参・胡瓜・コーン・玉葱・白菜・法蓮草													緑	牛蒡・人参・葱・生姜・糸蒟蒻												
7 月				赤	ちくわ・豚肉・豆腐・のり・牛乳	771	30.5	24.5	110.2	385	4	4.9	2	28 月				赤	(ハンバーグ)・ベーコン・鶏肉・牛乳	768	27.8	25.7	111	488	12.1	4.6	2.8				
				黄	米・てんぷら粉・三温糖・菜種油													黄	米・スパゲティ・デミグラスソース・コンソメ・菜種油												
				緑	もやし・小松菜・人参・白菜・葱・玉葱													緑	玉葱・人参・しめじ・舞茸・キャベツ・小松菜・コーン												
8 火				赤	(春巻)・豆腐・牛肉・豚肉・味噌・牛乳	853	28	30.9	118	621	12.7	10.5	2.2	29 火				赤	(ホキフライ)・豚肉・ワカメ・味噌・牛乳	764	27	21.9	107.9	299	2.1	5.5	2.3				
				黄	米・ゴマ油・かき油・豆板醤・菜種油・三温糖・澱粉													黄	米・スパゲティ・デミグラスソース・コンソメ・菜種油												
				緑	法蓮草・人参・切干大根・玉葱・葱・椎茸・生姜・ニンニク													緑	玉葱・人参・しめじ・舞茸・キャベツ・小松菜・コーン												
9 水				赤	鮭・鶏肉・大豆・(ワタンスープ)・牛乳	793	32.7	25.2	110.2	294	2.1	4	2.9	30 水				赤	豚肉・ツナ・鶏肉・牛乳	775	29.5	27.2	107.7	279	1.4	4.1	1.2				
				黄	米・トマトピューレ・ケチャップ・コンソメ・てんぷら粉・バター													黄	米・薩摩芋・ドレッシング												
				緑	玉葱・人参・キャベツ・もやし・法蓮草・しめじ													緑	プロッコリー・玉葱・コーン・人参・キャベツ・玉葱・大根												
10 木				赤	(かぼちゃ挽肉フライ)・大豆・ひじき・豆腐・薄揚げ・味噌・牛乳	775	23.3	26.3	117.6	434	4.9	7	2.4	省塩給食				赤	豚肉・ツナ・鶏肉・牛乳	775	29.5	27.2	107.7	279	1.4	4.1	1.2				
				黄	米・コンソメ・三温糖・菜種油													黄	米・薩摩芋・ドレッシング												
				緑	人参・椎茸・キャベツ・玉葱・もやし													緑	プロッコリー・玉葱・コーン・人参・キャベツ・玉葱・大根												
エネルギー kcal	たんぱく質 (g)	脂質 (%)	炭水化物 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)	エネルギー kcal	たんぱく質 (g)	脂質 (%)	炭水化物 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)																