



令和6年度9月 学校給食献立予定表



埴町学校給食センター

日	曜	欠食校	献立名	赤の食品	緑の食品	黄色の食品	【栄養価】
				おもに体をつくる	おもに体の調子を整える	おもにエネルギーのもとになる	1食分--たんぱく質・脂質・塩分
2	月		ごはん 牛乳 マクロカツ チキンボン酢和え じゃがいものみそ汁	牛乳 マクロカツ ソフトチキン 糸かつお節 豆腐	きゅうり にんじん もやし ねりうめ	精白米 ごめ油 三温糖 白ごま じゃがいも	491 21.2 13.0 1.9 599 24.7 14.8 2.2 723 30.2 16.6 2.7
3	火		丸パン 牛乳 鶏肉のハニーオニオン焼き かぼちゃサラダ 野菜のスープ	牛乳 鶏肉 ベーコン	かぼちゃ にんじん たまねぎ きゅうり キャベツ とうもろこし こまつな ビーマン	丸パン はちみつ マヨネーズ 野菜いっぱいドレッシング	473 22.4 17.5 2.2 609 26.6 21.2 2.8 757 34.2 25.2 3.5
4	水	中学校	ごはん 牛乳 さんまのうまか煮 ほうれん草のおかか和え 豚汁	牛乳 さんまのうまか煮 糸かつお節 豚肉	ほうれん草 大豆もやし にんじん こんにゃく ごぼう だいこん ねぎ	精白米 ごま油 米油 さといも	493 19.8 17.8 1.6 603 23.4 20.2 1.9 695 26.2 21.7 2.3
5	木	笹幼	ごはん 牛乳 おさかなナゲット(幼) ホタテカツ(小・中) 野菜炒め えのきのみそ汁	牛乳 おさかなナゲット(幼) ホタテカツ(小・中) 豚肉 豆腐	たまねぎ ビーマン キャベツ 赤パプリカ えのき にんじん 小松菜 ねぎ	精白米 ごめ油	501 19.1 19.0 1.5 625 25.4 16.9 2.3 727 28.3 19.0 2.6
6	金	両小学校	ごはん 牛乳 トマトチキンカレー こんにゃくサラダ ももゼリー	牛乳 鶏肉 粉チーズ カットわかめ	たまねぎ にんじん トマト缶 きゅうり サラダこんにゃく	精白米 ごめ油 じゃがいも	514 15.1 14.4 2.1 642 18.6 17.4 2.5 783 21.9 20.8 3.5
9	月	中学3年生	ごはん 牛乳 さばの甘みそ焼き 五目きんぴら 凍み豆腐汁	牛乳 さば 豚肉 さつま揚げ 凍み豆腐	ごぼう にんじん えだまめ えのき キャベツ つきこん	精白米 三温糖 ごめ油 白ごま	540 21.2 20.2 1.8 656 25.6 22.1 2.2 786 29.5 25.3 2.7
10	火	中学3年生	中華めん 牛乳 米粉きょうざ ブロッコリーとコーンのサラダ 担々麺スープ	牛乳 米粉きょうざ 豆乳 豚肉	にんじん りょくとうもやし キャベツ いら たけのこ しいたけ とうもろこし	中華めん 米油 ごま油 鶏豚湯 白ごま 三温糖 マヨネーズ	471 19.6 13.5 1.9 615 25.3 16.6 2.6 787 31.4 18.5 3.0
11	水	中学校	ごはん 牛乳 鶏肉のカレー焼き しめじとベーコンのソテー 肉団子入りスープ	牛乳 鶏肉 ベーコン ミニミートボール	ほうれん草 キャベツ にんじん しめじ たまねぎ とうもろこし こまつな	精白米 小麦粉 カレー粉 パター マロニー ごま油	507 24.0 14.1 1.8 624 27.5 16.3 2.2 753 34.4 18.8 2.6
12	木	中学校	ごはん 牛乳 たららのピザソース焼き キャベツとツナのサラダ 厚揚げのみそ汁	牛乳 たらら ベーコン チーズ ツナ 厚揚げ	たまねぎ しめじ 赤パプリカ 黄パプリカ キャベツ きゅうり にんじん れもん	精白米 ごめ油 三温糖	482 23.3 14.9 1.9 600 27.0 18.0 2.3 709 31.7 20.0 2.7
13	金		【笹原幼稚園希望献立】 わかめごはん 牛乳 ヤンニョムチキン 糸かまサラダ ジュリアンヌスープ ヨーグルト	牛乳 鶏肉 糸かまぼこ ベーコン ヨーグルト わかめ	キャベツ きゅうり たまねぎ とうもろこし にんじん ほうれん草	精白米 かたくり粉 ごめ油 三温糖 白いり胡麻	551 20.2 16.8 2.0 683 24.4 20.3 2.5 791 26.9 22.4 2.9
17	火		【お月見献立】 ツナごはん 牛乳 うさぎハンバーグ 芋の子汁 十五夜ゼリー(幼) お月見団子(小・中)	牛乳 うさぎハンバーグ ツナ 豆腐	たまねぎ にんじん しめじ えだまめ リンゴソース ねぎ	精白米 三温糖 ごめ油 さといも さとまいも 十五夜ゼリー(幼) お月見団子(小・中)	525 20.2 17.5 1.9 678 23.8 20.2 2.5 780 28.2 23.9 3.0
18	水		ごはん 牛乳 納豆 ポテトの野菜みそ和え なめこのみそ汁	牛乳 納豆 鶏肉 豆腐	にんじん なめこ だいこん	精白米 ごめ油 三温糖 じゃがいも	482 18.6 14.6 1.5 634 25.3 18.9 1.9 742 28.8 20.9 2.3
19	木	笹幼	ごはん 牛乳 豚肉の生姜焼き いんげんのごま和え ひき肉のごまスープ	牛乳 豚肉	いんげん にんじん もやし たまねぎ ビーマン えのき	精白米 ごめ油 白ごま 三温糖 ごま油	546 21.6 20.7 1.4 662 24.9 23.3 1.8 786 29.1 26.8 2.1
20	金	笹幼 笹小	麦ごはん 牛乳 さわらの利休焼き 油麩の煮物 もやしのみそ汁	牛乳 さわら 油揚げ	たけのこ しいたけ にんじん えだまめ ねぎ もやし 仙台葱	精白米 三温糖 白ごま かたくり粉 じゃがいも 油麩	503 22.8 14.1 1.8 662 24.9 23.3 2.2 729 30.7 17.8 2.6
24	火		コッペパン 牛乳 チョコ大豆クリーム 焼き菓コロッケ マカロニサラダ ジャーマンスープ	牛乳 菓コロッケ ロースハム ベーコン たまご	きゅうり にんじん たまねぎ キャベツ ほうれん草	コッペパン チョコ大豆 ごめ油 マカロニ マヨネーズ じゃがいも	526 17.7 18.7 2.0 658 22.4 22.0 2.5 820 27.0 25.9 3.1
25	水	こども園	ごはん 牛乳 おろしハンバーグ なすとひき肉の炒め物 大根のみそ汁	牛乳 ハンバーグ 鶏肉 豆腐	なす たまねぎ だいこん ビーマン にんじん	精白米 三温糖 ごめ油	490 19.0 14.7 2.0 667 26.1 20.6 2.8 804 31.2 24.2 3.4
26	木	両小学校	ごはん 牛乳 ふりかけ(幼)のりの佃煮(中) ほっけ塩焼き ゆかり漬け さつまいも汁	牛乳 ほっけ 豚肉 ふりかけ(幼) のりの佃煮(中)	キャベツ きゅうり にんじん だいこん ごぼう ねぎ うめゆかり	精白米 ごめ油 さつまいも 白玉麩	464 18.1 11.7 1.7 575 21.5 13.5 1.9 679 24.2 14.4 2.5
27	金	両小学校	クラッシュ大豆のカレーライス 牛乳 わかめスープ ーロゼリー(とちおとめ)	牛乳 豚肉 鶏肉 大豆 豆腐 カットわかめ	たまねぎ にんじん パセリ たけのこ えのき ねぎ	精白米 ごめ油 白ごま 三温糖 ごま油 ーロゼリー	527 21.5 16.3 2.4 661 26.5 19.7 2.9 779 30.8 22.2 3.5
30	月	こども園	ごはん 牛乳 鶏肉の香味焼き ポテト豆サラダ かきたま汁 ーロゼリー(小)	牛乳 鶏肉 大豆 たまご ソフトチキン 凍み豆腐	たまねぎ にんじん きゅうり たけのこ こまつな ねぎ	精白米 ごま油 白ごま じゃがいも マヨネーズ ーロゼリー(小)	501 24.4 14.6 2.0 616 28.0 17.0 2.4 743 35.1 19.5 2.9

※ 材料等の都合により、献立変更になる場合がありますのでご了承ください。

※ 栄養価は上段が幼稚園、中段が小学校、下段が中学校の数値です。【単位：エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 塩分(g)】

