



令和8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 おもに体をつくる	緑の食品 おもに体の調子を整える	黄色の食品 おもにエネルギーの もとになる	【栄養価】 1人分あたりたんぱく質・脂質・塩分
1	火		丸パン 牛乳 豆乳コロッケ キャベツとツナのサラダ コーンクリームスープ	牛乳 豆乳 ツナ	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ レモン とうもろこし パセリ	丸パン 中濃ソース 米油 三温糖 パン粉 じゃがいも ホワイトルウ	490 16.3 19.6 1.7 605 20 22.8 2.2 719 23.5 25.5 2.6
2	水		【防災の日献立】 救給力レー 牛乳 肉団子 マカロニサラダ ポトフ ボケモンチーズ	牛乳 ロースハム ウインナー 肉団子 ボケモンチーズ	きゅうり にんじん たまねぎ キャベツ だいこん パセリ	救給力レー マカロニ じゃがいも マヨネーズ	560 15.7 28.7 2.2 636 19.3 32.3 2.5 664 20.3 33.4 2.6
3	木	笹幼	ごはん 牛乳 あじフライ 茎わかめのきんぴら 凍み豆腐汁	牛乳 あじフライ 豚肉 茎わかめ 凍り豆腐 みそ	にんじん つきこんにゃく ごぼう 緑豆もやし 小松菜	ごはん 米油 ごま油 中濃ソース 三温糖	488 20.5 14.1 1.8 601 23.7 16.6 2.2 710 27.6 18.5 2.6
4	金	両小学校	ごはん 牛乳 豚肉の大豆ソースがけ ほうれん草のごま和え 夏野菜と卵のスープ	牛乳 豚肉 大豆 ベーコン たまご	ほうれん草 大豆もやし にんじん たまねぎ なす ビーマン ねぎ パセリ	ごはん 三温糖 白ごま	517 21.5 18.8 1.3 626 24.7 20.9 1.6 743 28.9 24.0 1.9
7	月	休校					
8	火		ソフトめん 牛乳 鶏つくね わかめサラダ カレーうどん汁	牛乳 鶏つくね 鶏肉 わかめ ソフトチキン	にんじん たまねぎ 小松菜 きゅうり とうもろこし レモン	ソフトめん 米油 カレー粉 じゃがいも 三温糖 ごま油 カレールウ	532 24.0 16.9 1.9 655 28.8 19.8 2.4 827 35.5 20.9 2.8
9	水	中学校	ごはん 牛乳 赤魚の甘みそ焼き 卵の花炒り なめこ汁	牛乳 赤魚 豚肉 さつまいも おから みそ	にんじん ごぼう キャベツ えのきだけ 糸こんにゃく ねぎ	ごはん 三温糖 米油	489 24.6 12.8 2.0 604 28.2 14.8 2.5 700 32.5 16.2 2.9
10	木	中学校	ごはん 牛乳 ヤシヨムチキン パンサンサー チンゲン菜のスープ	牛乳 鶏肉 ロースハム	だいこん きゅうり にんじん 緑豆もやし チンゲン菜	ごはん 米油 ごま油 三温糖 かたくり粉 白ごま	519 18.7 17.6 1.7 653 23.0 21.4 2.0 771 26.5 24.1 2.4
11	金		麦ごはん 牛乳 コールスローサラダ ひき肉カレー ぶどうゼリー	牛乳 豚肉 粉チーズ	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし	ごはん 麦 カレー粉 じゃがいも 米油 三温糖 マヨネーズ カレールウ ぶどうゼリー	554 15.4 16.6 1.9 698 19.0 20.1 2.3 818 22.0 22.0 2.7
14	月	中学3年生	ごはん 牛乳 いわしの味噌煮 切干大根とひじきのサラダ さつまいものみそ汁	牛乳 いわしの味噌煮 ひじき チキンハム 油揚げ みそ	きゅうり にんじん とうもろこし 切干大根	ごはん さつまいも 三温糖 米油	497 19.1 13.5 1.7 610 22.2 15.4 2.1 728 26.3 17.4 2.5
15	火	中学3年生	食パン 牛乳 鶏肉のハニーレモン焼き フレンチサラダ ポークビーンズ	牛乳 鶏肉 豚肉 ミックスビーンズ	キャベツ たまねぎ きゅうり にんじん レモン パセリ	食パン オリーブ油 はちみつ 米油 三温糖 じゃがいも ウスターソース	481 23.0 17.9 1.4 634 29.5 22.4 1.8 770 35.2 25.8 2.2
16	水	中学3年生	ごはん 牛乳 厚焼き玉子 なすのみそ炒め 豚汁	牛乳 玉子焼き 鶏肉 豚肉 豆腐 みそ	にんじん たまねぎ パプリカ だいこん しめじ ごぼう ねぎ こんにゃく なす	ごはん 米油 三温糖 さといも ごま油	517 21.8 15.9 1.7 632 25.5 18.1 2.0 731 28.4 19.4 2.3
17	木	笹幼 中学3年生	ごはん 牛乳 さんまの南蛮ソースがけ ほうれん草のおかか和え たまねぎのみそ汁	牛乳 さんま かつお節 みそ	ほうれん草 大豆もやし にんじん たまねぎ ねぎ	ごはん 三温糖 米油 かたくり粉 ごま油	514 18.3 17.3 1.6 624 21.3 19.4 2.1 748 25.1 22.6 2.4
18	金	こども園	ごはん 牛乳 コーンシュマイ キャベツの中華風サラダ 麻婆豆腐	牛乳 コーンシュマイ 鶏肉 豚肉 豆腐 みそ	キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし たまねぎ なす いら	ごはん 三温糖 ごま油 オイスターソース かたくり粉	547 21.9 18.3 1.9 686 26.9 22.0 2.4 845 32.7 27.0 3.0
21	月	敬老の日					
22	火	振替休日					
23	水	秋分の日					
24	木	中学校	ごはん 牛乳 たらしょうゆこうじ焼き お煮しめ 厚揚げのみそ汁	牛乳 たら 豚肉 厚揚げ みそ	れんこん ごぼう えだまめ にんじん だいこん つきこんにゃく ししいたけ	ごはん 塩こうじ 三温糖 米油	493 25.2 12.5 1.8 619 30.7 14.9 2.3 720 33.6 16.3 2.6
25	金		【お月見献立】 さつまいもごはん 牛乳 チーズオムレツ いんげんのごま和え えのきだけのスープ お月見デザート🍷	牛乳 チーズオムレツ 鶏肉	いんげん キャベツ にんじん 緑豆もやし えのきだけ ねぎ	ごはん さつまいも 三温糖 白ごま 黒ごま 米油 お月見大福(小・中) 十五夜ゼリー(幼)	510 18.0 14.4 1.9 591 20.6 16.6 2.4 685 23.1 17.7 2.7
28	月	こども園	ごはん 牛乳 ほうけの塩焼き 切干大根の炒め煮 きのこけんちん汁	牛乳 ほうけ 豚肉 さつまいも 豆腐 油揚げ	にんじん 切干大根 つきこんにゃく えだまめ ごぼう だいこん しいたけ えのきだけ	ごはん さといも 三温糖 米油 ごま油	472 19.1 15.7 1.4 595 23.5 19.0 1.7 695 26.3 21.1 2.0
29	火		コッペパン 牛乳 ウインナー スイートポテトサラダ コンソメスープ	牛乳 ウインナー ロースハム チキンハム	きゅうり たまねぎ にんじん キャベツ ほうれん草	コッペパン さつまいも シェルマカロニ マヨネーズ	447 18.5 16.2 1.9 576 23.5 20.1 2.5 665 26.3 21.6 2.9
30	水		ごはん 牛乳 ミニミートボールの甘酢煮 ひじきのツナサラダ たまごスープ	牛乳 ひじき ツナ ミニミートボール 大豆 たまご	たまねぎ だけのこ ビーマン にんじん はくさい パセリ	ごはん 三温糖 米油 かたくり粉 マヨネーズ	486 17.3 15.0 1.7 613 21.4 18.1 2.2 722 24.5 20.1 2.6

※ 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)】

