

令和6年度 須賀川市立第三小学校 給食予定献立表<<9月>>



日	曜日	献立名	赤			黄			緑			調味料・その他	栄養価
			主に体の組織のもとになる			主に熱や力のもとになる			主に体の調子を整える				
2	月	麦ごはん・さばのみそ煮 切干大根ともやしのカレーいため えのきだけのみそ汁		牛乳・さばのみそ煮 ベーコン 油揚げ・みそ		麦ごはん・油・さとう		切干大根・にんじん・ねぎ さやえんどう・えのき・たまねぎ もやし・こまつな・だいこん		しょうゆ・カレー粉・食塩 かつお節厚削り・燕干粉 鶏がらスープ	エネルギーたんぱく質 脂質 塩分	639 23.8 21.0 2.3	
3	火	減量バターロール トマトとツナのスパゲティ とうもろこしスープ コーヒートマト牛乳のもと		牛乳・まぐろツナ・とり肉		減量バターロール 油・スパゲティ・さとう コーヒートマト牛乳のもと		にんにく・トマト・パジル・ねぎ にんじん・はくさい・たまねぎ 干しいだけ・コーン・ほうれん草		コンソメ・こしょう・塩 トマトソース・ケチャップ しょうゆ	エネルギーたんぱく質 脂質 塩分	644 23.8 19.3 2.5	
4	水	麦ごはん・とり肉のごまみそ煮 キャベツとにらのおひたし ひじきのつくだ煮		牛乳・とり肉・生揚げ かまぼこ・かつお節 みそ・ひじきのつくだ煮		麦ごはん・油・さとう じゃがいも・ごま こんにゃく		ごぼう・にんじん・たけのこ 枝豆・キャベツ・もやし・にら		みりん・しょうゆ・酒	エネルギーたんぱく質 脂質 塩分	608 26.2 16.4 2.3	
5	木	丸コッペパン・白身魚のフライ・ソース フレンチサラダ・チンゲン菜のスープ		牛乳・白身魚のフライ ハム・とり肉		丸コッペパン・油 さとう・ごま油		コーン・キャベツ・きゅうり にんじん・たけのこ・もやし チンゲン菜・きくらげ		ソース・塩・こしょう 酢・鶏がらスープ しょうゆ	エネルギーたんぱく質 脂質 塩分	627 27.6 22.4 2.4	
6	金	麦ごはん・豚肉のスタミナため わかめとじゃがいものみそ汁・梨		牛乳・豚肉・わかめ 油揚げ・みそ		麦ごはん・油・さとう 片栗粉・ごま じゃがいも		しょうが・にんにく・たまねぎ もやし・にんじん・にら・ねぎ 梨		しょうゆ・みりん かつお節厚削り・燕干粉 酒	エネルギーたんぱく質 脂質 塩分	629 24.9 17.3 2.1	
9	月	麦ごはん・豚肉の変わり揚げ こまつなのみそ汁 大根のゆかり漬け		牛乳・豚肉・とうふ みそ		麦ごはん・油・片栗粉 フライドポテト・さとう ごま		小松菜・ねぎ・もやし・きゅうり だいこん		しょうゆ・塩・うめゆかり かつお節厚削り・燕干粉	エネルギーたんぱく質 脂質 塩分	681 22.9 24.4 2.4	
10	火	背われコッペパン・サンド用カレー かぼちゃのスープ・冷凍アップル		牛乳・豚肉・ベーコン ひきわり大豆		コッペパン・油 じゃがいも・バター 冷凍アップル		にんにく・しょうが・にんじん たまねぎ・ピーマン・しめじ 冷凍アップル・かぼちゃ マッシュルーム		カレー粉・カレー粉 チャツネ・ケチャップ コンソメ・塩・こしょう ペッパーソース	エネルギーたんぱく質 脂質 塩分	653 27.2 23.9 2.4	
11	水	麦ごはん・ホイコーロー 春雨スープ・韓国のり		牛乳・豚肉・とり肉 韓国のり		麦ごはん・油・さとう 片栗粉・春雨・ごま油		にんにく・しょうが・にんじん ピーマン・キャベツ・ねぎ もやし・ほうれん草・干しいだけ たけのこ・もやし		みりん・酒・豆板醤・塩 甜面醤・しょうゆ こしょう・鶏がらスープ	エネルギーたんぱく質 脂質 塩分	602 23.1 17.1 2.3	
12	木	コッペパン・ポークビーンズ チキンサラダ・黒豆きなこクリーム		牛乳・豚肉・大豆 とりささみ		コッペパン・じゃがいも さとう・油・マヨネーズ 黒豆きなこクリーム		にんじん・たまねぎ ブロッコリー コーン・キャベツ		赤ワイン・塩・こしょう ケチャップ ウスターソース コンソメ・酢	エネルギーたんぱく質 脂質 塩分	671 27.3 24.1 2.2	
13	金	麦ごはん・肉じゃが・ひじきのサラダ ぶりかけ		牛乳・豚肉・ひじき まぐろツナ ぶりかけ		麦ごはん・じゃがいも しらたき・さとう ごま		にんじん・たまねぎ キャベツ・きゅうり・えだまめ		酒・みりん・しょうゆ かつお節厚削り	エネルギーたんぱく質 脂質 塩分	612 23.6 17.2 1.5	
17	火	コッペパン・照り焼きハンバーグ 枝豆サラダ・ほうれんの草スープ お月見ゼリー		牛乳・ハンバーグ ベーコン		コッペパン・さとう 油・ゼリー・じゃがいも 片栗粉		きゅうり・にんじん・キャベツ えだまめ・たまねぎ・ほうれん草		しょうゆ・みりん・塩 こしょう・酢・コンソメ	エネルギーたんぱく質 脂質 塩分	649 26.1 22.7 2.5	
18	水	麦ごはん・さんまの蒲焼き おかかあえ・大根のみそ汁		牛乳・さんま開き かつお節・油揚げ・みそ		麦ごはん・油・ごま油 さとう		キャベツ・もやし・にんじん ほうれん草・だいこん・たまねぎ 小松菜・ねぎ		しょうゆ・酒・みりん 塩・かつお節厚削り 燕干粉	エネルギーたんぱく質 脂質 塩分	657 24.8 23.0 2.3	
19	木	食パン・かみかみごぼうサラダ ワンタンスープ・大豆チョコクリーム		牛乳・まぐろツナ・とり肉		食パン・マヨネーズ ごま・米粉ワンタン ごま油・あぶら 大豆チョコクリーム		ごぼう・きゅうり・にんじん たまねぎ・もやし・にら		しょうゆ・塩・こしょう 鶏がらスープ	エネルギーたんぱく質 脂質 塩分	634 23.7 25.3 2.4	
20	金	麦ごはん・ポークカレー こんにゃくのごまサラダ		牛乳・豚肉・とりささみ 水煮		麦ごはん・油・しらたき ごま・じゃがいも		にんにく・しょうが・にんじん たまねぎ・りんご・ほうれん草		ケチャップ・チャツネ カレールウ・塩・酢 中濃ソース・しょうゆ	エネルギーたんぱく質 脂質 塩分	650 22.2 19.2 2.3	
24	火	食パン・ツナサラダ・ラビオリスープ ヨーグルト		牛乳・まぐろツナ とり肉・ヨーグルト		食パン・油・さとう ラビオリ		キャベツ・きゅうり・赤ピーマン 黄ピーマン・セロリ・たまねぎ にんじん・コーン・しめじ パセリ・にんにく・トマトソース		酢・しょうゆ・塩 こしょう・コンソメ	エネルギーたんぱく質 脂質 塩分	622 24.8 20.4 2.3	
25	水	麦ごはん・ひじきのいり煮 ホタテシューマイ (国の支援による学校給食用食品無償提供品) 油揚げのみそ汁		牛乳・ホタテシューマイ ひじき・とり肉・大豆 さつま揚げ・油揚げ・みそ		麦ごはん・さとう・油		にんじん・いんげん・小松菜 ねぎ・だいこん		酒・みりん・しょうゆ 塩・かつお節厚削り 燕干粉	エネルギーたんぱく質 脂質 塩分	637 26.4 17.1 2.3	
26	木	ソフトめん・五目うどんの汁 もちいなり・もやしとにらのあえもの		牛乳・とり肉 油揚げ・かつお節		ソフトめん・油 もちいなり・ごま油		ごぼう・たまねぎ・にんじん 干しいだけ・ほうれん草・ねぎ もやし・にら		かつお節厚削り しょうゆ・みりん	エネルギーたんぱく質 脂質 塩分	608 26.1 17.1 1.9	
27	金	麦ごはん・豚キムチ ぎょうざ・中華スープ		牛乳・豚肉・とり肉 ぎょうざ		麦ごはん・油・さとう 片栗粉・ごま・春雨 ごま油		にんにく・しょうが・ねぎ はくさい・はくさいキムチ・にら にんじん・干しいだけ・もやし ほうれん草		しょうゆ・酒・塩 鶏ガラスープ・こしょう	エネルギーたんぱく質 脂質 塩分	683 24.9 22.9 2.3	
30	月	麦ごはん・ポークハヤシ コーンサラダ		牛乳・豚肉・ハム		麦ごはん・じゃがいも 油・さとう		にんにく・たまねぎ・にんじん マッシュルーム・グリーンピース コーン・キャベツ・きゅうり		ハヤシルウ・ケチャップ ドミグラスソース 鶏がらスープ・塩・酢 こしょう	エネルギーたんぱく質 脂質 塩分	695 23.3 22.2 3.1	

※材料の都合により、献立を変更する場合があります。御了承ください。

☆給食停止・開始について

○連絡を受けた3日後より停止・開始が可能となります。

○転出や転入の場合、給食回数を日割り計算し精算いたします。

○欠席またはその他の理由により給食を停止する場合、給食実施日数連続10日以上の場合返金いたします。ただし、連絡を受けた3日後から連続10日以上の場合となります。