

よていこんだてひょう (小学校)

令和4年 9月

日の出町学校給食センター 小学校

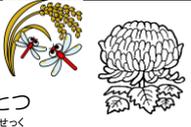
日	主食	料理名	飲み物など	力や体温となるもの きいろ	血や肉をつくるもの あか	体の調子をよくするもの みどり	エネルギー たんぱく質
1 木	コーンピラフ	トマトのスープ チキンのマスタードソース ローストポテト	ぎゅうにゅう	こめ、バター、あぶら、はちみつ、あぶら	ぎゅうにゅう、ベーコン、とりにく、ウィンナー	にんにく、とうもろこし、たまねぎ、にんじん、ピーマン、マッシュルーム、キャベツ、トマト、しめじ	593 kcal 27.6 g
2 金	むぎごはん ポーカカレー	にたまご かいそうサラダ (わふうドレ)	ぎゅうにゅう	こめ、むぎ、じゃがいも、あぶら、バター、こむぎこ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、レンズまめ、チーズ、たまご、かいそうミックス	にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、トマト、キャベツ、きゅうり	655 kcal 25.8 g
5 月	ゆでちゅうかめん	タンタンめんスープ やさしいチップス ももゼリー	ぎゅうにゅう	ちゅうかめん、あぶら、ごまあぶら、ごま、でんぶん、さつまいも、ゼリー	ぎゅうにゅう、ぶたにく、だいずたんぱく、みそ	にんにく、しょうが、もやし、チンゲンさい、にんじん、ながねぎ、たけのこ、れんこん、さやいんげん、かぼちゃ	662 kcal 24.0 g
6 火	ココアしょくパン	ワンタンスープ オムレツケチャップソース はなやさいサラダ (ごまドレ)	ぎゅうにゅう	パン、ごまあぶら、ワンタンのかわ、あぶら、ごまドレ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、だいずたんぱく、たまご、とうにゅう、ウィンナー	しょうが、にんじん、もやし、チンゲンさい、ながねぎ、たまねぎ、プロッコリー、カリフラワー、キャベツ	585 kcal 26.8 g
7 水	ごはん	キャベツのみそしる チキンカツ(ソース) くきわかめのきんぴら	ぶどう ジュース	こめ、こむぎこ、パンこ、あぶら、こんにやく、さとう、ごま	あぶらあげ、みそ、とりにく、くきわかめ、ぶたにく	ぶどうジュース、キャベツ、ながねぎ、たまねぎ、にんじん、ごぼう、さやいんげん	618 kcal 24.3 g
8 木	マーブルしょくパン	チキンのトマトに *もやしとエリンギのソテー ヨーグルト	ぎゅうにゅう	パン、じゃがいも、あぶら、さとう	ぎゅうにゅう、とりにく、ひよこまめ、ハム、ヨーグルト	にんにく、たまねぎ、にんじん、キャベツ、マッシュルーム、トマトピューレ、こまつな、もやし、エリンギ	602 kcal 29.2 g
9 金	くりごはん 重陽の節句 献立書	なめこのみそしる いかのしょうゆマヨネーズやき きくのはないろおひたし (しょうゆ)	ぎゅうにゅう	こめ、もちこめ、くり、ごま、マヨネーズ	ぎゅうにゅう、あぶらあげ、とうふ、わかめ、みそ、いか	なめこ、たまねぎ、ながねぎ、ほうれんそう、キャベツ、もやし、きく	591 kcal 29.0 g
12 月	ガーリックフランス 十五夜献立	おつきみスープ マカロニのミートソースあえ おつきみだんご	ぎゅうにゅう	パン、マカロニ、あぶら、さとう、だんご	ぎゅうにゅう、かまぼこ、ベーコン、ぶたにく、だいずたんぱく、レンズまめ	にんにく、にんじん、たまねぎ、キャベツ、トマトピューレ	616 kcal 22.2 g
13 火	ごはん かつおぶりかけ	なすとみょうがのみそしる いわしのかばやき *こまつなのおひたし (しょうゆ)	ぎゅうにゅう	こめ、でんぶん、あぶら、さとう	ぎゅうにゅう、とうふ、あぶらあげ、みそ、いわし、かつおぶし、のり	なす、みょうが、とうがん、たまねぎ、ながねぎ、しょうが、こまつな、キャベツ、もやし、にんじん	608 kcal 26.3 g
14 水	せわりコッペパン	イタリアンスープ ツナペースト (ノンエッグマヨ) スパゲティパジャリソテー	ぎゅうにゅう	パン、パンこ、あぶら、スパゲッティ	ぎゅうにゅう、ベーコン、たまご、チーズ、ツナ	たまねぎ、にんじん、とうもろこし、にんにく	586 kcal 28.5 g
15 木	きんぎょめし ☆岐阜県の 郷土料理☆	きのこいりみそしる さばのしょうがやき あまずあえ	ぎゅうにゅう	こめ、むぎ、ごまあぶら、さとう、じゃがいも、こんにやく、あぶら、ごま	とりにく、あぶらあげ、ちりめんじゃこ、ぎゅうにゅう、ぶたにく、とうふ、みそ、さば、わかめ	しょうが、にんじん、なめこ、しいたけ、だいこん、ごぼう、ながねぎ、キャベツ、もやし	683 kcal 30.6 g
16 金	ソフトめん ミートソース	ポテトサラダ (ノンエッグマヨ) きよほう②	ぎゅうにゅう	ソフトめん、あぶら、こむぎこ、じゃがいも	ぎゅうにゅう、ぶたにく、だいずたんぱく、レンズまめ、チーズ	にんじん、たまねぎ、セロリ、マッシュルーム、さやいんげん、トマトピューレ、キャベツ、とうもろこし、きよほう	654 kcal 25.8 g
20 火	ごはん	キャベツとわかめのみそしる ホッケのおろしだれがけ きんぴらに	ぎゅうにゅう	こめ、さとう、こんにやく、あぶら、じゃがいも	ぎゅうにゅう、あぶらあげ、わかめ、みそ、ホッケ、ぶたにく	キャベツ、ながねぎ、たまねぎ、だいこん、にんじん、ごぼう、さやいんげん	572 kcal 26.4 g
21 水	ごはん	マーボーなす豆腐 もやしナムル (ちゅうかドレ) プリン	ぎゅうにゅう	こめ、あぶら、ごまあぶら、さとう、でんぶん、プリン	ぎゅうにゅう、ぶたにく、だいずたんぱく、とうふ、レンズまめ、みそ	なす、しょうが、たまねぎ、にんじん、たけのこ、しいたけ、ながねぎ、にら、ほうれんそう、もやし	666 kcal 25.8 g
22 木	はちみつしょくパン	ABCスープ さけのムニエル ナポリタンソテー	ぎゅうにゅう	パン、マカロニ、こむぎこ、パンこ、あぶら、バター、スパゲッティ	ぎゅうにゅう、ベーコン、さけ、ぶたにく、ハム、チーズ	にんにく、にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、マッシュルーム、トマトピューレ	613 kcal 29.9 g
26 月	ごはん	もやしのみそスープ とうにゅうクリームコロッケ (ソース) しらたきのキムチいため	ぎゅうにゅう	こめ、あぶら、しらたき、さとう、ごま、パンこ、こむぎこ	ぎゅうにゅう、とりにく、みそ、とうにゅう、ぶたにく	しょうが、にんにく、もやし、たまねぎ、とうもろこし、にら、キムチ、はくさい	604 kcal 21.4 g
27 火	ピタパン トルコ料理	しろいんげんまめのポテトジュース ケバブサンドのぐ マカロニサラダ (ノンエッグマヨ)	ぎゅうにゅう	ピタパン、あぶら、こむぎこ、バター、マカロニ	ぎゅうにゅう、いんげんまめ、とうにゅう、なまクリーム、チーズ、とりにく	とうもろこし、たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり	602 kcal 30.2 g
28 水	ごはん	やさしいスープ とりにくのからあげ わかさきポテト	コーヒー ぎゅうにゅう	こめ、あぶら、でんぶん、じゃがいも、バター	コーヒーぎゅうにゅう、とりにく	キャベツ、たまねぎ、にんじん、もやし、しょうが	653 kcal 24.3 g
29 木	わかめごはん	にくじゃが なまあげのステーキ キャベツともやしのサラダ (バンドレ)	ぎゅうにゅう	こめ、じゃがいも、こんにやく、あぶら、さとう	わかめ、ぎゅうにゅう、ぶたにく、なまあげ	にんじん、たまねぎ、さやいんげん、しょうが、にんにく、ながねぎ、りんご、キャベツ、もやし	642 kcal 26.7 g
30 金	くるごとうしょくパン	ポークビーンズ ウィンナーいりスクランブル *もやしサラダ (こうみしおドレ)	ぎゅうにゅう	パン、じゃがいも、あぶら、さとう、バター	ぎゅうにゅう、だいず、ぶたにく、ベーコン、チーズ、たまご、ウィンナー	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、とうもろこし、さやいんげん、こまつな、もやし	604 kcal 28.2 g

・都合により献立が変更になる場合があります。
 ・9月の給食費は、9月27日(火)が引き落としになります。前日までに口座の残高を確認してください。
 ・お子さんが食物アレルギーで、原材料等詳細な情報が必要な場合は給食センターにお問い合わせください。 TEL 042-597-3414

2学期の給食開始日 おおくのしょう 大久野小 9月1日(木) ひらひら 9月1日(木) 平井小 9月1日(木) ほんじち 9月2日(金) 本宿小 9月2日(金)	620
日の出町平均	26.7
学校給食摂取基準 (範囲)	650 (21~33)

9月9日は重陽の節句です

毎年9月9日は、五節句のひとつである「重陽の節句」です。
 節句というのは、季節の変わり目に行われる伝統行事で、その中のひとつです。菊を用いて不老長寿や繁栄を願うことから、別名として「菊の節句」ともいいます。
 旧暦の9月9日は、新暦の10月ごろにあたり、菊の美しい季節でした。



● 8日(木)に使用する
 ヨーグルトは、日の出町内
 にある 協同乳業 様から
 地域貢献としてご厚意で
 無償提供していただいた
 「健康投資ヨーグルト」です。

● 8日(木)に使用する
 ヨーグルトは、日の出町内
 にある 協同乳業 様から
 地域貢献としてご厚意で
 無償提供していただいた
 「健康投資ヨーグルト」です。

● 今月の日の出の野菜 ●
 献立表★マークの料理に入っています。
 感謝していただきます♪
 小松菜(野崎さん)