

令和3年度 9月分学校給食献立予定表

金山町学校給食共同調理場

きいろ：熱や力のもとになる

あか：体をつくるもとになる

みどり：体の調子をととのえる

	月	火	水	木	金
こんだて めい きいろ あか みどり	<b>今月の金山産紹介</b> ○お米（はえぬぎ） ○ピーマン・ニラ・じゃがいも（夢市グループ） ○むきまめ（天口鯉屋） ○豆腐・厚揚げ（ならだいのトーフ屋） ○かぼちゃ（田屋の西田哲さん） ○米粉（いすえむ） 		<b>1 オリ・バラ応援：イタリアの給食</b> ライ麦パン パリツォーネ  チーズサラダ ミネストラ 豆乳パンナコッタ <small>牛乳</small> 小694 中824キロカロリー ライむぎパン あぶら ★じゃがいも とうにゅうパンナコッタ とりにく ハム チーズ ベーコン きゅうにゅう キャベツ きゅうり にんじん コーン たまねぎ にんにく なす パセリ	<b>2</b> ごはん たらと野菜のメンチカツ すき昆布煮物 根菜汁 牛乳 小654 中758キロカロリー ★ごはん あぶら パンこ さとう たら すきこんぶ さつまあげ みそ きゅうにゅう たまねぎ キャベツ こんにゃく にんじん ★むきまめ だいこん ねぎ こぼろ	<b>3</b> 中華丼 もやしとわかめのサラダ きのことスープ 牛乳 小602 中723キロカロリー ★ごはん あぶら こまあぶら さとう かたくりこ ぶたにく えび いか かまぼこ わかめ ベーコン きゅうにゅう ねぎ しょうが ほししいたけ にんじん たまねぎ キャベツ
	<b>6</b> ごはん コーンコロック 豚肉と野菜のピリ辛炒め なめこのみそ汁 牛乳 小642 中789キロカロリー ★ごはん パンこ あぶら ぶたにく ★とうふ みそ きゅうにゅう コーン しょうが にんじん キャベツ しめじ さやいんげん なめこ ねぎ	<b>7 金中3年なし</b> ごはん さわらのねぎみそ焼き ごま和え キムチ汁 牛乳 小647 中778キロカロリー ★ごはん さとう ごま さわら ちくわ ぶたにく ★とうふ みそ きゅうにゅう ねぎ ほうれんそう にんじん もやし だいこん はくさいキムチ	<b>8 金中3年なし</b> コッパパン なすのミートソース和え コールスローサラダ パンプキンスープ 牛乳 小685 中852キロカロリー コッパパン あぶら さとう パター ★こめこ ぶたにく ハム なまクリーム きゅうにゅう なす たまねぎ にんじん キャベツ トマト きゅうり コーン ★かぼちゃ	<b>9 金中3年なし</b> 五目ごはん あじさんが焼き もやしとコーンのみそバター わかめのみそ汁 牛乳 小651 中800キロカロリー ★ごはん あぶら さとう パター とりにく あぶらあげ あじ ハム みそ ★とうふ わかめ きゅうにゅう ごぼう にんじん こんにゃく コーン ほししいたけ ★むきまめ もやし ピーマン ねぎ	<b>10</b> ごはん 春巻き きゅうりのごまナムル マーボー豆腐 牛乳 小745 中912キロカロリー ★ごはん はるまきのかわ こまあぶら こま あぶら かたくりこ ぶたにく ★とうふ みそ きゅうにゅう きゅうり にんじん にんにく しょうが たまねぎ ★ニラ
	<b>13</b> ごはん さんまのかば焼き 大根のきんぴら キャベツのみそ汁 牛乳 小683 中824キロカロリー ★ごはん かたくりこ あぶら さとう こま こまあぶら さんま さつまあげ あぶらあげ みそ きゅうにゅう だいこん にんじん たけのこ ねぎ ほししいたけ さやいんげん キャベツ	<b>14 有屋1, 2年なし</b> 肉丼 ひじきのサラダ えのきのみそ汁 牛乳 小621 中748キロカロリー ★ごはん さとう あぶら こま ぶたにく ひじき ★あつあげ ぶ みそ きゅうにゅう こんにゃく たまねぎ にんじん こぼろ ねぎ ★むきまめ キャベツ きゅうり えのきだけ	<b>15 金小リクエストメニュー</b> みそラーメン 鶏肉の照り焼き 海そうサラダ プリン 牛乳 小675 中802キロカロリー ちゅうかめん さとう こまあぶら プリン ぶたにく みそ とりにく かいそう かまぼこ きゅうにゅう にんにく にんじん キャベツ ねぎ コーン しょうが フロccoli もやし	<b>16</b> ごはん ますのみそマヨネーズ焼き いそ和え いものこ汁 牛乳 小645 中781キロカロリー ★ごはん マヨネーズ さといも さとう ます みそ のり ぶたにく きゅうにゅう こまつな もやし にんじん こんにゃく しめじ ねぎ	<b>17</b> チキンカレーライス 春雨サラダ ブルーン 牛乳 小706 中857キロカロリー ★ごはん あぶら ★じゃがいも カレールウ こまあぶら はるさめ とりにく だいき スキムミルク かまぼこ きゅうにゅう にんにく しょうが たまねぎ トマト にんじん もやし きゅうり ブルーン
	<b>20</b> 敬老の日 	<b>21 金中なし</b> ごはん あじ松葉フライ 野菜のキムチ炒め 大根のみそ汁 牛乳 小623キロカロリー ★ごはん パンこ あぶら こまあぶら さとう こま あじ ★あつあげ みそ きゅうにゅう しょうが はくさいキムチ ★ニラ キャベツ もやし だいこん こまつな	<b>22 お月見献立</b>  コッパパン 目玉焼き風オムレツ 野菜サラダ さつま芋シチュー お月見ゼリー 牛乳 小1740 中956キロカロリー コッパパン あぶら さとう パター さつまいも こむぎこ おつきみゼリー たまご ハム とりにく スキムミルク きゅうにゅう キャベツ フロccoli にんじん たまねぎ しめじ グリンピース	<b>23</b> 秋分の日 	<b>24</b> ごはん 納豆 鶏肉と大根の煮物 五色みそ汁 りんご 牛乳 小620 中721キロカロリー ★ごはん あぶら さとう なつとう とりにく ★とうふ みそ きゅうにゅう だいこん にんじん こんにゃく さやいんげん ほししいたけ こまつな えのきだけ りんご
<b>27</b> ごはん レバーのケチャップ煮 わかめ和え ぶのみそ汁 牛乳 小680 中823キロカロリー ★ごはん かたくりこ あぶら さとう ぶたにく ぶたレバー わかめ ぶ ★とうふ みそ きゅうにゅう しょうが たまねぎ ★むきまめ ねぎ にんじん キャベツ フロccoli	<b>28</b> ごはん さばの塩焼き 野菜炒め 道産子汁 牛乳 小676 中813キロカロリー ★ごはん あぶら ★じゃがいも パター さば ベーコン ぶたにく みそ きゅうにゅう もやし たまねぎ にんじん しめじ にんにく コーン ねぎ	<b>29</b> レーズンパン 鶏肉のカレー焼き かぼちゃサラダ 野菜スープ 牛乳 小745 中914キロカロリー レーズンパン マヨネーズ とりにく ハム ベーコン きゅうにゅう しょうが にんにく ★かぼちゃ きゅうり たまねぎ キャベツ にんじん コーン	<b>30</b> ごはん メンチカツ 荳わかめ炒め かき卵汁 味付けのり 牛乳 小664 中819キロカロリー ★ごはん パンこ あぶら ぶたにく くわかめ さつまあげ ★とうふ たまご みそ のり きゅうにゅう にんじん こんにゃく さやいんげん こまつな ねぎ	<b>いも名月</b>  十五夜は、いも名月ともいわれ ています。月見だんごが登場する 前は、いもが供えられていたこと や、いもの収穫期でさといもを供 えるところが多かったこと などがその理由とされて います。	