

# 9月学校給食予定献立表

秦野市立末広小学校

神奈川県立秦野支援学校

給食回数 20回



ひつけ・その他		未広小学校のみなさん、夏休みは楽し過ごせましたか？		野菜の日 8月31日		9月1日は防災の日		1日(金)	
		<p>たくさんのお思い出とともに、一回りも二回りも大きく成長した子どもたちが学校に戻ってきました。先生やお友達と夏の思い出をたくさん、お話できるといいですね。</p> <p>まだまだ、暑い日は続きます。9月からは水泳の学習も始まります。「早寝」「早起き」をこころがけ「朝ごはん」をしっかり食べ体調を整えて登校してください。</p> <p>2学期も安全・安心でおいしい給食作りをしていきたいと思います。</p>		<p>野菜は、ビタミン、ミネラル、食物繊維が豊富です。さらに特有の色や香りの成分にも体に良い働きをするものがたくさん発見されています。旬の野菜は価格も手ごろです。たくさん食べましょう。</p>		<p>9月1日は1923年(大正12年)に関東大震災が起きた日で、今は「防災の日」です。災害はいつ起こるかわかりません。防災関連の物資の準備、点検を行い家族や地域で防災や避難時の生活について話し合い、災害に対する備えを万全にしていきたいと思います。</p>		<p>デザート (てりやきチキン・しおキャベツ)</p> <p>てりやきチキンどん (ごはん) そうめんじる</p> <p>精白米 てんぷん 小麦粉 米油 さとう そうめん</p> <p>牛乳 とり肉 おから 昆布</p> <p>しょうが キャベツ にんじん 小松菜 干し椎茸 こねぎ ももゼリー</p> <p>678kcal 25.7g 20.9g 2.0g</p>	
4日(月)		5日(火) 6年生修学旅行～6日		6日(水) PTA給食試食会		7日(木)		8日(金)	
<p>精白米 米油 さとう てんぷん</p> <p>牛乳 うずらの卵 とり肉 とり肉と野菜のフリット</p> <p>しそかつおふりかけ かぼちゃ 玉ねぎ にんじん たけのこ さやいんげん</p> <p>654kcal 23.3g 21.8g 1.7g</p>		<p>ソフトフランスパン じゃがいも 米油 バター 小麦粉 さとう</p> <p>牛乳 とり肉 白いんげん豆 ツナ缶 おから</p> <p>コーン にんじん 玉ねぎ 小松菜 マッシュルーム キャベツ きゅうり さやいんげん</p> <p>632kcal 27.6g 23.8g 2.6g</p>		<p>精白米 さとう 米油 じゃがいも</p> <p>牛乳 豚肉 とり肉</p> <p>トマト 玉ねぎ にんにく 大葉 キャベツ セロリ にんじん コーン 小松菜 フルーツ野菜ゼリー</p> <p>675kcal 25.9g 16.8g 2.0g</p>		<p>サンドパン チョコパテ うどん 米油 小麦粉 てんぷん さとう</p> <p>牛乳 豚肉 メルルーサ</p> <p>玉ねぎ 長ねぎ こねぎ にんじん 小松菜 りんごソース</p> <p>646kcal 28.3g 22.6g 2.5g</p>		<p>精白米 バター マカロニ 米油 じゃがいも てんぷん 小麦粉</p> <p>牛乳 豚肉 とり肉 おから</p> <p>コーン パセリ 玉ねぎ にんじん セロリ トマト缶 トマトピューレ しょうが</p> <p>652kcal 23.9g 23.0g 1.8g</p>	
11日(月)		12日(火)		13日(水)		14日(木)		15日(金) 敬老の日献立(9/18)	
<p>精白米 米油 ごま油 さとう てんぷん</p> <p>牛乳 どうふ 豚肉 みそ ししゃもフライ</p> <p>にんにく しょうが にんじん 長ねぎ グリーンピース 小松菜 もやし</p> <p>665kcal 27.7g 21.1g 2.4g</p>		<p>黒パン 米油 バター 小麦粉 ビーフ</p> <p>牛乳 とり肉</p> <p>にんじん かぼちゃ 玉ねぎ パセリ キャベツ 小松菜</p> <p>610kcal 22.4g 18.0g 2.4g</p>		<p>精白米 米油 ごま油 さとう ちゃんぽんめん てんぷん ホットケーキの素</p> <p>牛乳 豚肉 とり肉 おから サラダのり</p> <p>しょうが にんにく たら キムチ 玉ねぎ 干し椎茸 にんじん もやし 小松菜 かぼちゃ</p> <p>679kcal 22.5g 19.9g 2.5g</p>		<p>ナン 米油 さとう バター</p> <p>牛乳 とり肉 ヨーグルト 生クリーム アセロラミルクゼリー</p> <p>玉ねぎ にんにく しょうが トマト缶 パセリ コーン キャベツ にんじん 小松菜</p> <p>610kcal 24.6g 23.7g 2.2g</p>		<p>精白米 米油 白ごま じゃがいも 米油 たいやき</p> <p>牛乳 塩鮭 手書きのり 大豆 みそ 豆乳</p> <p>にんじん 大根 ごぼう 長ねぎ こんにやく 干し椎茸 こねぎ</p> <p>619kcal 25.1g 15.5g 2.0g</p>	
18日(月) 敬老の日		19日(火)		20日(水)		21日(木)		22日(金)	
<p>*9月18日「敬老の日献立」は長寿の秘訣とも言われている、和食に多く使われる食材を組み合わせて献立を考えました。</p> <p>*敬老の日は長年社会のために尽くしてこられたお年寄りの方に感謝し、長寿を祝う日です。</p>		<p>ミルクパン マカロニ 米油 バター 小麦粉 パン粉</p> <p>牛乳 大豆ミート とり肉 粉チーズ ツナ缶</p> <p>玉ねぎ にんじん マッシュルーム なす トマト缶 冷凍みかん</p> <p>686kcal 26.4g 20.5g 2.8g</p>		<p>精白米 じゃがいも 米油 さとう</p> <p>牛乳 ひじき佃煮 豚肉 ささみ水煮 きな粉プリン</p> <p>にんじん 玉ねぎ 白滝 グリーンピース キャベツ パプリカ(赤)</p> <p>662kcal 23.9g 17.9g 2.1g</p>		<p>味付パン 中華蒸し麺 米油</p> <p>牛乳 とり肉 青のり 餃子</p> <p>にんじん 玉ねぎ キャベツ もやし 小松菜</p> <p>677kcal 22.0g 25.0g 2.4g</p>		<p>精白米 もち麦 じゃがいも 米油 カレールウ</p> <p>牛乳 豚肉 脱脂粉乳 おから</p> <p>にんじん 玉ねぎ にんにく しょうが りんごソース パセリ コーン</p> <p>666kcal 22.9g 18.3g 2.3g</p>	
25日(月)		26日(火)		27日(水)		28日(木)		29日(金) 十五夜	
<p>精白米 小麦粉 パン粉 米油 さとう</p> <p>牛乳 豚肉 おから ひじき 大豆 とり肉</p> <p>パセリ コーン キャベツ 小松菜 こんにやく にんじん しめじ</p> <p>666kcal 27.1g 23.0g 1.4g</p>		<p>黒パン 米油 さとう じゃがいも 小麦粉</p> <p>牛乳 豚肉 青のり 大豆</p> <p>にんにく 玉ねぎ エリンギ なす スズキニ パプリカ(赤) トマト パセリ</p> <p>641kcal 24.2g 23.5g 2.2g</p>		<p>精白米 さとう 米油 ごま油 さつまいもと栗のガルト</p> <p>牛乳 とり肉 豚肉 どうふ 昆布</p> <p>にんじん グリーンピース しょうが 玉ねぎ 白滝 長ねぎ えのきだけ きゅうり にんにく</p> <p>691kcal 25.4g 21.4g 2.4g</p>		<p>発酵乳 とり団子 チーズ</p> <p>キャベツ にんじん 干し椎茸 小松菜 玉ねぎ パセリ</p> <p>637kcal 23.2g 12.1g 2.7g</p>		<p>精白米 小麦粉 米油 さとう てんぷん 里芋 上新粉</p> <p>牛乳 豚肉 どうふ とり肉 魚ボール(かぼちゃ入り) 昆布</p> <p>たけのこ パプリカ チンゲン菜 にんじん 大根 小松菜 十五夜デザート(みかんゼリー)</p> <p>630kcal 24.8g 15.9g 1.8g</p>	