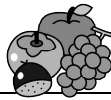


令和6年度9月分学校給食予定献立表



笠岡市学校給食センター

日付	こ ん だ て め い	体をつくるものになる	体の調子をととのえる	エネルギーのもとになる
2(月)	菜めし 牛乳 さんまのかぼすレモン煮 ツナあえ 野菜のみそ汁	牛乳 さんまかぼすレモン煮 ツナ かつお節 油揚げ みそ	キャベツ もやし とうもろこし こまつな ゆず果汁 たまねぎ にんじん なす えのきたけ 葉ねぎ 菜めしの素	米 三温糖 じゃがいも
3(火)	ごはん 牛乳 若鶏肉のみそ焼き 梅かつおあえ オクラのすまし汁	牛乳 若鶏肉 みそ しらす干し かつお節 かまぼこ 豆腐	キャベツ きゅうり にんじん ねり梅 たまねぎ えのきたけ オクラ	米 三温糖 でん粉
4(水)	わかめうどん 牛乳 いかと黒大豆の甘酢がらめ たくあんあえ	若鶏肉 かまぼこ 油揚げ わかめ 牛乳 黒大豆 いか	にんじん たまねぎ 葉ねぎ キャベツ もやし たくあん	うどん でん粉 米油 三温糖 ごま
5(木)	ごはん 牛乳 赤魚のヤンニョムジャン焼き バンバンジー 肉団子のスープ	牛乳 赤魚 鶏ささみ 肉団子	葉ねぎ しょうが にんにく きゅうり もやし にんじん たまねぎ 干しいたけ とうもろこし チンゲンサイ	米 三温糖 ごま ごま油 春雨
6(金)	《 地産地消の献立 》 スタミナ豚丼 牛乳 とうがんのすまし汁 冷凍みかん	豚肉 牛乳 若鶏肉 油揚げ かまぼこ	にんにく たまねぎ キャベツ 赤ピーマン 白ねぎ しょうが とうがん にんじん えのきたけ 葉ねぎ 冷凍みかん	米 麦 三温糖 でん粉 ごま油 こんにゃく
9(月)	栗ごはん 牛乳 さばの塩焼き 酢の物 豆腐のみそ汁	牛乳 さば 鶏ささみ わかめ 豆腐 油揚げ みそ	きゅうり キャベツ にんじん たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米 栗 ごま 三温糖
10(火)	《 金浦中学校 希望献立 》 カツカレー 牛乳 海藻サラダ りんごゼリー	牛肉 ヒレカツ 牛乳 かまぼこ 昆布	たまねぎ にんじん グリンピース にんにく しょうが トマト りんご もやし キャベツ きゅうり とうもろこし	米 麦 じゃがいも 米油 三温糖 りんごゼリー
11(水)	ごはん 牛乳 焼きししゃも はりはり漬け 油揚げのみそ汁	牛乳 子持ししゃも さきいか するめいか 油揚げ みそ	干しだいこん にんじん こまつな たまねぎ しめじ 葉ねぎ	米 三温糖 さつまいも
12(木)	ごはん 牛乳 秋野菜の煮物 はんぺんのすまし汁 イラスト味付けのり	牛乳 若鶏肉 さつまあげ はんぺん わかめ かまぼこ イラスト味付けのり	れんこん ごぼう たまねぎ にんじん さやいんげん えのきたけ 葉ねぎ	米 こんにゃく じゃがいも 栗 三温糖
13(金)	《 地産地消の献立 》 パン 牛乳 美星豚のトマトソースかけ 野菜スープ ぶどう	牛乳 豚肉 ウインナー	にんにく たまねぎ マッシュルーム ピーマン パセリ トマト レタス にんじん とうもろこし ぶどう	パン オリーブ油 三温糖 じゃがいも
17(火)	《 十五夜の献立 》 炊き込みごはん 牛乳 ゆかりあえ さつまいも入り豚汁 月見だんご	若鶏肉 油揚げ 牛乳 しらす干し 豚肉 みそ	ごぼう にんじん しめじ 干しいたけ キャベツ もやし きゅうり しょうが たまねぎ 葉ねぎ しそごはんの素	米 さつまいも こんにゃく 月見だんご
18(水)	とんこつラーメン 牛乳 ささみの中華あえ なし	豚肉 焼豚 うずら卵 牛乳 茎わかめ 鶏ささみ	キャベツ もやし にんじん きくらげ 葉ねぎ きゅうり なし	中華めん ごま油 三温糖
19(木)	ごはん 牛乳 鮭の香味焼き しらすあえ 厚揚げのみそ汁	牛乳 鮭 しらす干し 厚揚げ わかめ みそ	白ねぎ しょうが レモン果汁 キャベツ もやし こまつな たまねぎ しめじ にんじん 葉ねぎ	米 ごま 三温糖 ごま油
20(金)	《 お彼岸の献立 》 ごはん 牛乳 若鶏肉とさといもの甘辛あえ けんちん汁 おはぎ	牛乳 若鶏肉 豆腐 油揚げ	赤ピーマン たまねぎ だいこん にんじん しめじ 葉ねぎ しょうが	米 さといも でん粉 米油 三温糖 こんにゃく ごま油 おはぎ
24(火)	麦ごはん 牛乳 ゴーヤと豚肉のオイスター炒め 卵スープ 冷凍みかん	牛乳 豚肉 豆腐 卵 わかめ かまぼこ	ゴーヤ たまねぎ もやし キャベツ にんじん 葉ねぎ 冷凍みかん	米 麦 三温糖 ごま油 でん粉
25(水)	ごはん 牛乳 あじのもろみ焼き 五色あえ きのこ汁	牛乳 あじ もろみみそ ハム 若鶏肉 油揚げ かまぼこ	キャベツ とうもろこし こまつな にんじん しょうが たまねぎ しめじ えのきたけ 干しいたけ 葉ねぎ	米 三温糖 でん粉
26(木)	ごはん 牛乳 若鶏肉のから揚げ 塩昆布あえ 赤だし	牛乳 若鶏肉 塩昆布 豆腐 油揚げ わかめ みそ	しょうが にんにく キャベツ もやし こまつな にんじん たまねぎ なめこ 葉ねぎ	米 でん粉 米油
27(金)	《 城見小学校 希望献立 》 バターパン 牛乳 ハンバーグのデミグラスソースかけ ツナとチーズのサラダ コンソメスープ マスカットゼリー	牛乳 ハンバーグ ツナ チーズ ベーコン	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ とうもろこし しめじ パセリ	バターパン パター 黒砂糖 じゃがいも マスカットゼリー
30(月)	キムタクごはん 牛乳 きゅうりの中華あえ 春雨スープ ヨーグルト	豚肉 牛乳 ハム 焼豚 ヨーグルト	キムチ たくあん えだまめ きゅうり もやし キャベツ とうもろこし にんじん たまねぎ チンゲンサイ えのきたけ	米 ごま油 三温糖 春雨