令和7年度

９月学校給食よていこんだて表

美杉小学校

日（曜日）	牛乳	主食 ごはん・パン	献立名	食品名 おもにエネルギーのもとになる食品（き）		おもに体をつくるもとになる食品（あか）		おもに体の調子を整えるもとになる食品（みどり）	
2 (火)	○	ロールパン	ツナとマカロニのグラタン キャベツとコーンのスープ いちごジャム	ロールパン こむぎこ マカロニ パンこ いちごジャム	しょくぶつゆ	まぐろオイルづけ ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん	たまねぎ　キャベツ コーン
3 (水)	○	むぎごはん	あきなすいりマーボーどうふ バンサンスウ	こめ　おおむぎ さとう　でんぷん はるさめ	しょくぶつゆ ラード ごまあぶら	ぶたにく あかみそ とうふ	ぎゅうにゅう	ねぎ にんじん	なす　にんにく しょうが　キャベツ
4 (木)	○	むぎごはん	チキンカレーライス フレンチサラダ	こめ おおむぎ じゃがいも こむぎこ さとう	しょくぶつゆ	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん	しょうが　にんにく セロリー　たまねぎ キャベツ　きゅうり
5 (金)	○	むぎごはん	ちくわのしそこあげ みそしる　ツナふりかけ えいようかん	こめ おおむぎ こむぎこ でんぷん じゃがいも えいようかん	しょくぶつゆ	ちくわ　あぶらあげ あわせみそ まぐろオイルづけ	ぎゅうにゅう あおのり	しそこ にんじん こまつな ねぎ	たまねぎ
8 (月)	○	むぎごはん	やきそば とうふとわかめのスープ	こめ　おおむぎ やきそばめん	しょくぶつゆ ごまあぶら	ぶたにく かつおぶしけずり とうふ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ねぎ	しょうが　キャベツ もやし　たまねぎ
9 (火)	○	ロールパン	スロッピージョーサンド かぼちゃのポタージュ	ロールパン さとう パンこ　こめこ	しょくぶつゆ	ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん かぼちゃ	にんにく　しょうが たまねぎ　セロリー クリームコーン
10 (水)	○	むぎごはん	いかのかりんあげ みすぎこんにゃくとピーマンのいために チンゲンサイともやしのごまあえ	こめ　おおむぎ でんぷん　さとう	しょくぶつゆ ごま	いか ぶたにく かつおぶしけずり	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン チンゲンサイ	こんにゃく　もやし
11 (木)	○	むぎごはん	さけのしょうがやき ごもくまめ さんしょくあえ	こめ　おおむぎ さとう	しょくぶつゆ	さけ とりにく だいず	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん こまつな	しょうが　ほししいたけ こんにゃく　ごぼう キャベツ
12 (金)	○	むぎごはん	とりごぼう とうがんじる ふうみづけ	こめ　おおむぎ でんぷん　さとう	しょくぶつゆ ごま ごまあぶら	とりにく　とうふ	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん ねぎ	ごぼう　とうがん キャベツ
16 (火)	○	こめこいりパン	チリコンカーン こまつなサラダ ヨーグルト	こめこいりパン さとう	しょくぶつゆ	ぶたにく きんときまめ まぐろオイルづけ	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん こまつな	セロリー　にんにく たまねぎ　キャベツ
17 (水)	○	むぎごはん	ほきのカレーふうみやき やさいスープ	こめ　おおむぎ じゃがいも	マヨネーズふうドレッシング	ほき　ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ　キャベツ
18 (木)	○	むぎごはん	あつあげとうずらたまごのあまずあん ナムル しそとごまのふりかけ	こめ　おおむぎ さとう　でんぷん	しょくぶつゆ ごまあぶら ごま	ぶたにく あつあげ うずらたまご	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン チンゲンサイ しそこ	ほししいたけ　たまねぎ　もやし
19 (金)	○	むぎごはん	あまごのからあげ みすぎみそのみそしる こまつなのおかかあえ	こめ　おおむぎ でんぷん じゃがいも	しょくぶつゆ	あぶらあげ　とうふ みすぎみそ かつおぶしけずり	ぎゅうにゅう あまご わかめ	ねぎ こまつな	しょうが　たまねぎ キャベツ
22 (月)	○	むぎごはん	にくみそうどん ちゅうかコーンサラダ	こめ　おおむぎ さとう　うどん	しょくぶつゆ ごまあぶら	ぶたにく あかみそ	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	しょうが　にんにく たまねぎ　キャベツ コーン
24 (水)	○	むぎごはん	さけフライ　そえキャベツ ごもくじる　ぶどうゼリー	こめ　おおむぎ こむぎこ　パンこ	しょくぶつゆ	さけ あぶらあげ とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	キャベツ　ごぼう もやし　ぶどうゼリー
25 (木)	○	むぎごはん	ひややっこ にくじゃが きゅうりづけ	こめ　おおむぎ でんぷん　さとう じゃがいも	しょくぶつゆ	とうふ ぶたにく	ぎゅうにゅう	ねぎ にんじん	しょうが　ほししいたけ いとこんにゃく　たまねぎ
26 (金)	○	むぎごはん	さわらのたつたあげ こうやどうふとひじきのにもの しそあえ	こめ　おおむぎ でんぷん　さとう	しょくぶつゆ	さわら とりにく こうやどうふ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん しそこ	しょうが　こんにゃく キャベツ　きゅうり
29 (月)	○	むぎごはん	まこもたけいりビビンバ キムチスープ	こめ おおむぎ さとう	しょくぶつゆ ごま ごまあぶら	ぶたにく　あかみそ ベーコン　かつおぶし とうふ	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん ねぎ	にんにく　しょうが まこもたけ　もやし たまねぎ　キムチ
30 (火)	○	こくとうパン	しいらのパンこやき ジャーマンポテト ミネストローネ	こくとうパン パンこ じゃがいも	オリーブゆ しょくぶつゆ	しいら ベーコン ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん トマトに	にんにく　たまねぎ セロリー　キャベツ