

9月 学校給食こんだて表

(幼・小学校用) 射水市学校給食センター

平成27年9月

日	曜	こんだてめい	あか 体をつくるもとになるもの	き エネルギーのもとになるもの	みどり 体の調子を整えるもとになるもの	給食のない 幼稚園・小学校
2	水	・しょくパン ・とりくのてりやき ・ブロッコリーのごまだれ ・フルーツポンチ ・きゅうにゆう ・スライスチーズ◎	きゅうにゆう とりく チーズ	しょくパン さとう ごま ゼリー ナタデココ	しょうが ブロッコリー キャベツ みかん パイン パナナ もも	
3	木	・ごはん ・コーンしゅうまい ・ハンサンズー ・マーボー豆腐 ・きゅうにゆう	きゅうにゆう しゅうまい ぶたにく とうふ みそ	ごはん はるさめ さとう ごま でんぶん あぶら	コーン きゅうり しょうが にんじん たまねぎ しいたけ たけのこ にんにく ねぎ	東明小6年
4	金	・コッパン ・メンチカツ ・ひじきのわふうサラダ★ ・えびだんごのトマトスープ※ ・きゅうにゆう	きゅうにゆう メンチカツ ひじき えびだんご ひよこまめ	コッパン あぶら さとう マヨネーズ ごま	こまつな きゅうり はくさい たまねぎ セロリ コーン トマト りんご	東明小6年
7	月	・ごはん ・あつやきたまご★◎ ・はりはりづけ ・にくじゃが ・きゅうにゆう	きゅうにゆう たまご ぶたにく のりつくだに	ごはん さとう あぶら ごま じゃがいも こんにやく	だいこん キャベツ こまつな しょうが にんじん たまねぎ いんげん	
8	火	・ごはん ・ふくらぎのあまみそかけ ・ごますあえ ・にらたまじる★ ・きゅうにゆう	きゅうにゆう ふくらぎ みそ たまご あぶらあげ とうふ	ごはん あぶら でんぶん さとう ごま でんぶん	しょうが もやし にんじん みずな たまねぎ えのき ニラ	
9	水	・コッパン ・わふうハンバーグ★◎ ・こんにやくサラダ ・ミネストローネ ・きゅうにゆう	きゅうにゆう ハンバーグ ベーコン しろいんげんまめ	コッパン さとう ごまこんにやく じゃがいも マカロニ	しょうが ブロッコリー きゅうり セロリ たまねぎ にんじん パセリ キャベツ トマト オレンジ	
10	木	・ごはん ・かれないのやさいあんかけ ・こまつなのごまみそあえ ・しらたまだんごじる ・きゅうにゆう	きゅうにゆう かれい みそ あぶらあげ	ごはん あぶら さとう でんぶん ごま だんご	しょうが たまねぎ あかピーマン えのき こまつな だいこん はくさい もやし にんじん しめじ ねぎ	堀岡小5・6年
11	金	・ピタパン◎ ・チリコンカン ・こふきいも ・はるさめスープ ・きゅうにゆう	きゅうにゆう きんときまめ ぶたにく	ピタパン あぶら さとう ばんご じゃがいも はるさめ ごま	たまねぎ にんにく もやし にんじん たけのこ しいたけ ねぎ	堀岡小5・6年
14	月	・ごはん ・ぶたにくとだいのねぎソース● ・はくさいとみずなのごまひたし ・すりみじる★ ・きゅうにゆう	きゅうにゆう ぶたにく だいご すりみ みそ わかめ	ごはん あぶら でんぶん さとう カシューナッツ ごま	しょうが ねぎ みずな はくさい きゅうり だいこん にんじん ねぎ	
15	火	・ごはん ・さけのごまマヨネーズやき★ ・アーモンドあえ ・やさいのにももの ・きゅうにゆう	きゅうにゆう さけ とりく あつあげ みそ こんぶ	ごはん マヨネーズ ごま アーモンド さとう こんにやく さといも くり	ほうれんそう もやし キャベツ たけのこ にんじん だいこん いんげん	
16	水	・コッパン ・えびフリッター※ ・コーンサラダ ・パンプキンポタージュ◎ ・きゅうにゆう	きゅうにゆう えび しろいんげんまめ	コッパン さとう あぶら じゃがいも パター こむぎこ なまクリーム	キャベツ きゅうり コーン たまねぎ パセリ かぼちゃ	
17	木	・ごはん ・いかのかりんあげ ・こまつなのいそあえ ・みそけんちんじる ・きゅうにゆう	きゅうにゆう とうふ いか みそ のり	ごはん でんぶん あぶら こんにやく さといも	だいこん こまつな にんじん ねぎ ごぼう はくさい しめじ なし	新湊小6年 東明小1~4年
18	金	・こめこパン ・チーズオムレツ★◎ ・はなやさいサラダ ・ワンタンスープ ・きゅうにゆう	きゅうにゆう オムレツ ぶたにく	こめこパン あぶら さとう ワンタン	ブロッコリー カリフラワー きゅうり しいたけ たけのこ もやし ねぎ ニラ	新湊小6年
24	木	・むぎごはん ・キーマカレー◎ ・わかさぎのフリッター ・かいそうサラダ ・きゅうにゆう	ぶたにく レンズまめ チーズ きゅうにゆう わかさぎ かいそう	むぎごはん あぶら さとう じゃがいも	たまねぎ にんにく しょうが にんじん なす ピーマン きゅうり だいこん	
25	金	・ゆかりにほん ・たれつきにくだんご★◎ ・かわりづけ ・とうがんじる ・きゅうにゆう	きゅうにゆう にくだんご とうふ	ゆかりごはん デザート	キャベツ きゅうり だいこん とうがん にんじん えのき しょうが ねぎ	七美幼稚園
28	月	・ごはん ・やきにく ・さんしょくあえ ・わかめのみそしる ・きゅうにゆう	きゅうにゆう ぶたにく わかめ とうふ あぶらあげ みそ	ごはん こんにやく さとう ごま あぶら ナッツ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん こまつな もやし えのき ねぎ	塚原小 本江幼稚園
29	火	・ごはん ・さんまのポンずかけ ・くまわかめのきんぴら ・ぶたじる ・きゅうにゆう	きゅうにゆう さんま さつまあげ くまわかめ ぶたにく みそ	ごはん さとう こんにやく あぶら ごま さつまいも じゃがいも	ごぼう にんじん だいこん はくさい ねぎ	片口小1~4年 七美幼稚園
30	水	・ミニことうパン ・ちくわのいそあえ★(幼・しろえびのかきあげ) ・ピーンズサラダ★● ・かやくうどん ・きゅうにゆう	きゅうにゆう あぶらあげ ちくわ たまご あおのり かまぼこ ミックスピーンズ	ことうパン こむぎこ あぶら マヨネーズ ごま うどん	きゅうり キャベツ しいたけ ねぎ たまねぎ	片口小1~4年

今月の射水の食材・・・こまつな・かぼちゃ

※ 食材料の都合により変更することもあります。

食物アレルギーの対応について

次の食品が含まれている場合は、献立名の横に印を付けましたので、参考にしてください。

卵・卵製品…★ 牛乳・乳製品…◎ カニ・エビ…※
ピーナッツ…▲ 大豆・豆乳(豆腐など加工食品は除く)…●