



9月献立表



令和7年度

菊川市立菊川学校給食センター

※だしやエキス、食品添加物等の記載はしてありません。

日 曜	こんだて	きいろのしょくひん ねつやからなるもの		あかいろのしょくひん 体をつくるもの		みどりいろのしょくひん 体のちようしをとどるもの	その他の 調味料	【栄養価】 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)			お知らせ
		炭水化物	脂質	たんぱく質	無機質	ビタミン		幼	小	中	
1 (月)	むぎごはん	米 麦									
	ぎゅうにゅう				牛乳			537	683	901	
	はるまき	小麦粉 米粉 春雨 砂糖	油 ヨートン	ふた肉		にんじん 玉ねぎ キャベツ しょうが 干ししいたけ	醤油 塩	18.6	23.3	28.8	
	もやしのちゅうがえ	砂糖	ごま油 ごま		わかめ	もやし きゅうり	醤油 酢 塩	25.2	27.4	35.0	
	マーボー豆腐	でん粉 砂糖	油 ごま油	豆腐 ぶた肉 大豆 みそ		にんじん たけのこ 葉ねぎ 干ししいたけ しょうが にんにく	醤油 中華スープ 酒 みりん トウモロコシ	1.8	2.2	2.8	
2 (火)	ナン	小麦粉 砂糖	ヨーグルト		脱脂粉乳		イースト 塩	425	624	778	
	ぎゅうにゅう				牛乳			18.3	25.3	31.0	
	キーマカレー		油	とり肉 大豆		玉ねぎ にんじん ピーマン トマト にんにく	加味2種(小麦・乳) ソース ケチャップ ワイン カレー粉	15.7	19.7	23.6	
	フルーツあえ	砂糖		豆乳	寒天	パイナップル みかん りんご ぶどう もも レモン		1.6	2.5	3.0	
	ひよこまめのスープ	じゃがいも ひよこ豆	油	ベーコン		キャベツ にんじん しめじ セロリ にんにく	ワイン コンソメ 塩 こしょう				
3 (水)	ごはん	米						420	573	739	
	ぎゅうにゅう				牛乳			17.7	22.6	27.6	
	たらのレモンあえ	でん粉 砂糖	油	たら		レモン	醤油 パセリ	16.1	18.9	22.3	
	ひじきサラダ	砂糖			ひじき	キャベツ きゅうり とうもろこし	ソイグ マネー 醤油 みりん 酢 塩	1.5	1.9	2.3	
	かぼちゃのみそしる			みそ 油あげ		かぼちゃ 玉ねぎ にんじん えのきたけ 葉ねぎ					
4 (木)	ごはん	米						415	569	729	
	ぎゅうにゅう				牛乳			19.6	24.9	30.5	
	ぶたキムチ	でん粉 砂糖	油	ぶた肉		玉ねぎ キムチ ピーマン しょうが	酒 醤油	15.8	18.6	22.0	
	はるさめサラダ	春雨 砂糖	ごま ごま油			もやし きゅうり にんじん	醤油 酢	1.9	2.5	3.0	
	やさいとたまごのスープ	でん粉		卵 豆腐 ベーコン		チンゲン菜 キャベツ にんじん 干ししいたけ	鶏がらスープ 醤油 コンソメ 塩				
5 (金)	ごはん	米						410	562	727	
	ぎゅうにゅう				牛乳			19.9	25.6	31.7	
	とりにくといのけのちやあえ	でん粉 砂糖	油	とり肉 とりレバー			ケチャップ ソース ワイン	15.3	17.8	21.5	
	きゅうりのひたひた	砂糖	ごま油	かつお節		きゅうり	醤油 酢 唐辛子	1.2	2.0	2.3	
	とうがんスープ			ベーコン		冬瓜 玉ねぎ 小松菜 にんじん	鶏がらスープ 醤油 スープストック 塩 こしょう				
8 (月)	ごはん	米						395	570	738	
	ぎゅうにゅう				牛乳			15.3	20.8	25.3	
	さんまのかばやき	でん粉 砂糖	油	さんま			醤油 酒 みりん	16.2	21.2	25.5	
	やさいのたくあんあえ		ごま			キャベツ きゅうり たくあん	塩	1.5	2.3	2.8	
	なすのみそしる			豆腐 みそ 油あげ		玉ねぎ なす えのきたけ 根深ねぎ					
9 (火)	コッペパン	小麦粉 砂糖	ヨーグルト		脱脂粉乳		イースト 塩	473	620	772	
	ぎゅうにゅう				牛乳			27.0	34.1	42.0	
	タンドリーチキン	砂糖		とり肉	ヨーグルト	にんにく しょうが	醤油 カレー粉 塩 こしょう	16.7	20.1	23.8	
	チンゲンサイとコーンのサラダ	砂糖	油			チンゲン菜 キャベツ とうもろこし	酢 塩 こしょう	2.2	2.8	3.9	
	ポークビーンズ	じゃがいも 砂糖	油	大豆 ぶた肉		玉ねぎ にんじん トマト マッシュルーム グリンピース	ケチャップ ソース クイ アゲム 塩 こしょう				
10 (水)	むぎごはん	米 麦						449	620	802	
	ぎゅうにゅう				牛乳			19.9	25.1	30.8	
	さんしょくごはんのぐ	砂糖	油	とり肉 卵		枝豆	醤油 みりん 酒 塩	18.6	22.3	26.7	
	ポテトサラダ	じゃがいも				きゅうり とうもろこし にんじん	ソイグ マネー 酢 塩 こしょう	1.4	2.0	2.6	
	みだくさんじる			ぶた肉 みそ		大根 にんじん ごぼう 葉ねぎ えのきたけ					
11 (木)	ソフトめん	小麦粉					塩	518	615	797	
	ぎゅうにゅう				牛乳			18.9	22.5	28.5	
	コーンフライ	パン粉 小麦粉 砂糖 でん粉	油 ヨートン	大豆		とうもろこし	塩	18.9	20.7	26.0	
	フレンチサラダ	砂糖	油			キャベツ きゅうり にんじん	酢 塩 こしょう	2.0	2.5	3.3	
	なつやさいのミートソース	砂糖	油	ぶた肉 大豆	チーズ 脱脂粉乳	玉ねぎ なす トマト にんじん ピーマン マッシュルーム にんにく	ケチャップ 中粒粉(小麦) ソース クイ アゲム 塩 こしょう				
12 (金)	ごはん	米						456	624	799	
	ぎゅうにゅう				牛乳			20.2	26.0	31.7	
	さばのしおやき			さば			塩	19.1	22.9	27.3	
	だいすくとひじきのいために	砂糖	油 ごま	大豆 ちくわ	ひじき	にんじん さやいんげん	醤油 みりん 酒	2.0	2.6	3.2	
	さつまじる	さつまいも		豆腐 とり肉 みそ 油あげ		大根 にんじん ごんにやく 干ししいたけ 葉ねぎ					まごわやさしい 献立

※だしやエキスを、食品添加物等の記載はしておりません。

日 曜	こんだて	きいろのしょくひん ねつやからになるもの		あかいのしょくひん 体をつくるもの		みどりいろのしょくひん 体のちようしきとどのえるもの	その他の 調味料	【栄養価】 たんぱく質 エネルギー 脂質 塩分			お知らせ
		炭水化物	脂質	たんぱく質	無糖質	ビタミン		幼	小	中	
16 (火)	コッペパン	小麦粉 砂糖	ショートニング		脱脂粉乳		イースト 塩	460 20.7 19.4 1.7	604 26.4 23.8 2.6	756 32.4 28.6 3.3	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	ポークチャップ	砂糖	油	ぶた肉		玉ねぎ りんご	ケチャップ ソース ワイン				
	マカロニサラダ	マカロニ				きゅうり にんじん	ノイタラン 塩 こしょう				
	コンソメスープ	じゃがいも		ベーコン		玉ねぎ 小松菜 にんじん とうもろこし セロリ	鶏がらスープ 塩 こしょう				
17 (水)	ごはん	米						484 33.5 13.9 1.8	592 31.0 13.5 2.1	749 37.7 15.4 2.8	横地小 リクエスト献立
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	さけのさいきょうやき	砂糖		さけ みそ			みりん 酒				
	やさいのごまあえ	砂糖	ごま			もやし ほうれん草 にんじん	醤油				
	ちくぜんに	里いも 砂糖	油 ごま油	とり肉 ちくわ	昆布	にんじん こんにゃく だけのこ れんこん ごぼう さやいんげん 干ししいたけ	醤油 みりん 酒				
18 (木)	ごはん	米						398 21.7 12.9 1.4	562 29.9 14.8 1.8	714 36.4 17.0 2.3	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	とりにくのごますがけ	砂糖 でん粉	ごま	とり肉			酒 醤油 酢 みりん 塩 こしょう				
	じゃがいものそぼろに	じゃがいも 砂糖	油	ぶた肉 大豆		枝豆 しょうが	醤油 みりん 酒				
	かきたまじる	でん粉		豆腐 卵		玉ねぎ チンゲン菜 にんじん 干ししいたけ	醤油 塩				
19 (金)	ごはん	米						432 15.8 16.4 2.0	613 21.2 19.6 2.7	779 25.3 23.2 3.2	ふるさと給食
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	くろはんぺんのおちゃフライ	パン粉 小麦粉	油	黒はんぺん (さば)		粉茶 せん茶	塩 こしょう				
	アスパラのアーモンドあえ	砂糖	アーモンド			キャベツ アスパラガス にんじん	醤油				
	おがさまんでんみそしる	さつまいも		豆腐 みそ 油あげ	わかめ	玉ねぎ にんじん 小松菜 こんにゃく					
22 (月)	ごはん	米						408 19.8 15.7 1.6	561 25.2 18.3 2.3	719 31.1 21.6 2.8	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	イカとひじきのあまからあえ	でん粉 砂糖	油	イカ	ひじき		醤油 ケチャップ				
	やさいののりすあえ	砂糖	ごま ごま油		のり	もやし ほうれん草 にんじん	醤油 酢				
	つみれじる			いわしつみれ 油あげ		大根 にんじん しめじ 根深ねぎ	醤油 みりん 酒 塩				
24 (水)	ごはん	米						428 18.3 15.2 1.7	592 23.3 17.7 2.1	751 28.1 20.8 2.7	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	あつやきたまご	砂糖 でん粉	油	卵			酢 みりん 醤油 塩				
	わかめサラダ	砂糖			わかめ	キャベツ きゅうり もやし	酢 醤油 塩				
	さといものごまみそに	里いも 砂糖	油 ごま	ぶた肉 がんもどき みそ		大根 にんじん こんにゃく さやいんげん 干ししいたけ しょうが	みりん 酒 醤油 塩				
25 (木)	うどん	小麦粉					塩	472 20.8 17.5 1.3	587 25.6 20.7 1.8	713 30.7 24.9 2.1	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	あおのりピーズポテト	じゃがいも でん粉	油	大豆	あおさ		塩 こしょう				
	やさいのあかじそあえ					キャベツ きゅうり	赤しそ粉 塩				
	カレーうどんのしる	でん粉		ぶた肉 油あげ		玉ねぎ にんじん 小松菜 根深ねぎ しめじ	加えゆで種(小麦・乳・ 大豆) 醤油 みりん 酒 塩				
26 (金)	ごはん	米						426 16.3 14.8 1.7	585 21.0 17.5 2.2	749 25.7 20.7 2.7	六郷小 リクエスト献立 ししゃも 紅葉和え 幼1尾 小中2尾
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	ししゃものもみじあえ	でん粉 砂糖	油		ししゃも	玉ねぎ 黄ピーマン 赤ピーマン ピーマン	酢 塩				
	きんぴらごぼう	砂糖	ごま油 ごま	ぶた肉 さつまあげ (大豆)		ごぼう にんじん さやいんげん	醤油 酒 みりん				
	あきのさんしゅもりみそしる	さつまいも		豆腐 みそ		大根 なめこ にんじん 栗ねぎ					
29 (月)	ごはん	米						459 18.3 18.2 1.5	627 23.2 21.9 1.9	808 28.6 26.5 2.5	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	こうやどうふのカレーあげ	でん粉	油	凍り豆腐			醤油 酒 カレー粉				
	やさいのいそかあえ	砂糖			のり	キャベツ もやし ほうれん草	醤油				
	にくじゃが	じゃがいも 砂糖	油	ぶた肉		玉ねぎ にんじん こんにゃく さやいんげん 干ししいたけ	醤油 酒 みりん				
30 (火)	コッペパン	小麦粉 砂糖	ショートニング		脱脂粉乳		イースト 塩	492 20.6 19.1 2.3	581 22.5 19.3 2.7	737 28.3 23.6 3.9	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	オムレツのケチャップソースがけ	砂糖	油	卵			ケチャップ ソース クイ 塩 酢				
	ツナとチンゲンサイのソテー		油	まぐろ		キャベツ チンゲン菜 にんじん しめじ	コラーゲン 塩 こしょう				
	コーンポタージュ		油		脱脂粉乳 チーズ クリーム	とうもろこし 玉ねぎ にんじん	ポタージュの素(小麦・乳・ 鶏がらスープ) 塩 こしょう				

※材料の都合等により献立を変更することがあります。

※栄養価は幼稚園年中、小学校3・4年生、中学生の数値です。

※加工品の右側の()には特定原材料・特定原材料に準ずるもの28品目を記載しています。(えび・かに・小豆・そば・卵・乳・ピーナッツ・くるみ・アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・
カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン)

8月の給食費の振替日は8月27日(水)です。

9月の給食費の振替日は9月29日(月)です。(引き落としの準備をお願いします。)