



8. 9月学校給食献立表



令和5年度

秩父第一小学校共同調理場

日	曜日	しゅ しょく 主 食	ぎゅう にゅう 牛 乳	お か ず	ねつ ちから 熱や力のもとになる	ち にく は 血や肉・ほねや歯になる	からだの調子をととのえる	エネルギー	たんぱく質
					しょくひん 食品(きいろ)	しょくひん 食品(あか)	しょくひん 食品(みどり)	kcal	g
28	月	ごはん	牛乳	にくどんのぐ しろみぎかなフリッター② たくあんあえ	ごはん さとう あぶら こむぎこ かたくりこ	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ(すけとうだら) たら アオサ	たまねぎ にんじん さやいんげん しらたき たくあん もやし キャベツ ほうれんそう	647	29.3
29	火	ナン	牛乳	キーマカレー ゆでやさいサラダ(イタリアンドレッシング) カットパン	ナン じゃがいも さとう こむぎこ かたくりこ あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく	たまねぎ にんじん ピーマン トマト ブロッコリー キャベツ コーン パイン	617	23.1
30	水	わかめごはん	牛乳	あつあげのチャオサイ にらまんじゅう①②※ だいずもやしのナムル(かんこくナムルドレス)	ごはん あぶら さとう かたくりこ こむぎこ ごま	ぎゅうにゅう わかめ あつあげ ぶたにく	キャベツ たまねぎ にんじん しょうが にら だいずもやし こまつな	683	28.8
31	木	こどもパン スライス	牛乳	やさいとわかめのスープ ソースカツ ほうれんそうサラダ(たまねぎドレス)	パン こめこ こむぎこ あぶら さとう	ぎゅうにゅう わかめ ぶたにく かまぼこ(すけとうだら)	たまねぎ キャベツ こまつな にんじん ほうれんそう もやし コーン	623	25.8
1	金	ごはん	牛乳	とんじる とりにくのからあげ② ごまあえ	ごはん じゃがいも ごまあぶら こむぎこ かたくりこ ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ とりにく	だいこん ごぼう ねぎ にんじん ほうれんそう キャベツ	648	25.2
4	月	ごはん	牛乳	ぶたキムチ すりみチーズロール はるさめサラダ(ちゅうかドレス)	ごはん さとう ごまあぶら かたくりこ はるさめ ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ すりみ(すけとうだら) チーズ	たまねぎ しょうが にら もやし キャベツ はくさい にんじん りんご こまつな だいずもやし	613	27.8
5	火	バターロール	牛乳	ソースやきそば ウインナーのケチャップソース ゆでやさいサラダ(わふうドレス)	パン ちゅうかめん あぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく あおのり ウインナー(ぶたにく)	キャベツ たまねぎ にんじん りんご ブロッコリー カリフラワー	645	27.7
6	水	ごはん	牛乳	すきやきふうに こまつなのじゃこいため きよほうゼリー	ごはん じゃがいも さとう あぶら ゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ ちりめんじゃこ	ねぎ しらたき にんじん チンゲンサイ だいこん こまつな コーン もやし ぶどう	630	26.3
7	木	ツイストパン	牛乳	ミネストローネ エビカツ ごぼうサラダ(ごまドレス)	パン じゃがいも マカロニ こむぎこ あぶら さとう かたくりこ ごま	ぎゅうにゅう ベーコン えび ひじき すりみ(すけとうだら)	にんじん たまねぎ キャベツ にんにく パセリ ごぼう れんこん いんげん	620	22.1
8	金	ハムピラフ	牛乳	コンソメスープ あじフリッター② はなやさいサラダ(たまねぎドレス)	ごはん バター あぶら じゃがいも こむぎこ こめこ さとう	ぎゅうにゅう ハム ベーコン あじ アオサ	たまねぎ にんじん パセリ キャベツ カリフラワー ブロッコリー	627	22.6
11	月	ごはん	牛乳	なすのみそじる しろみぎかなのねぎしおソース きりぼしだいこんのサラダ(わふうドレス)	ごはん あぶら かたくりこ ごま ごまあぶら さとう	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ わかめ メルルーサ くきわかめ	なす たまねぎ にんじん ねぎ にんにく レモン きりぼしだいこん だいこん きゅうり	610	20.5
12	火	フラワーロール	牛乳	コーンポタージュ たこナゲット② グリーンサラダ(イタリアンドレッシング)	パン じゃがいも バター あぶら さとう こむぎこ	ぎゅうにゅう とりにく たこ いか たちうお	コーン たまねぎ にんじん パセリ キャベツ ブロッコリー えだまめ	642	23.9
13	水	じごなうどん	牛乳	きつねうどん ちくわのいしがきあげ①②※ ゆかりあえ	じごなうどん こむぎこ ごま あぶら さとう	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく ちくわ(すけとうだら)	にんじん ねぎ こまつな しいたけ キャベツ もやし	682	30.2
14	木	ごはん	牛乳	とうふのちゅうかに あげぎょうざ② チョレギサラダ(しおドレス)	ごはん あぶら ごまあぶら こむぎこ ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ いか えび だいず とりにく わかめ のり	たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ にんにく しょうが キャベツ	637	29.1
15	金	ごはん	牛乳	チキンカレー あわせるゼリー(シャインマスカットゼリー) パリッシュ	ごはん じゃがいも こむぎこ さとう あぶら ゼリー	ぎゅうにゅう とりにく かたくちいわし	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト ぶどう 缶詰(みかん・パン・おうとう)	655	25.8
19	火	こどもパン スライス	牛乳	ポトフスープ ハンバーグデミグラスソース スライスチーズ ブロッコリーサラダ(たまねぎドレス)	パン じゃがいも かたくりこ さとう こむぎこ あぶら	ぎゅうにゅう ウインナー(ぶたにく) とりにく だいず チーズ	キャベツ にんじん たまねぎ セロリ トマト ブロッコリー	669	30.6
20	水	ごはん	牛乳	ちゅうかコーンスープ ピビンパのぐ はるまき	ごはん かたくりこ さとう ごまあぶら ごま こむぎこ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく だいず えび	にんじん たまねぎ ねぎ チンゲンサイ コーン しょうが にんにく だいずもやし ほうれんそう だいこん たけのこ	672	23.8
21	木	ツイストパン	牛乳	ポークビーンズ ほうれんそうソテー ヨーグルト	パン じゃがいも さとう あぶら	ぎゅうにゅう だいず ベーコン ぶたにく ヨーグルト	たまねぎ にんじん ピーマン にんにく トマト ほうれんそう キャベツ コーン	615	25.7
25	月	ごはん	牛乳	あつあげのごもくに かまぼこのみりんやき①②※ ゆでやさいサラダ(わふうドレス)	ごはん あぶら さとう かたくりこ	ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく こんぶ かまぼこ(すけとうだら)	たまねぎ にんじん たけのこ さやいんげん ブロッコリー コーン キャベツ	611	26.5
26	火	あつぎりしょくパン いちごジャム	牛乳	クラムチャウダー チキンナゲット② キャベツサラダ(たまねぎドレス)	パン ジャム じゃがいも あぶら こむぎこ バター さとう	ぎゅうにゅう あさり ベーコン とりにく だいず	たまねぎ にんじん キャベツ コーン	671	23.6
27	水	ちゅうかめん	牛乳	しおラーメン あげしゅうまい② もやしのちゅうかサラダ(ちゅうかドレス)	ちゅうかめん あぶら ごまあぶら こむぎこ さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく	キャベツ たまねぎ ねぎ にんじん コーン きくらげ にんにく しょうが もやし こまつな	628	25.8
28	木	ごはん	牛乳	にくじゃが さいのくになっとう しおこんぶあえ	ごはん じゃがいも さとう あぶら こむぎこ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず こんぶ	たまねぎ にんじん さやいんげん しらたき こまつな キャベツ	612	25.4
29	金	とりごもくごはん	牛乳	おつきみじる チーズはんぺんフライ じゅうごやゼリー	ごはん さとう あぶら だんご こむぎこ ゼリー	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく かまぼこ(スケウダラ) はんぺん チーズ たまご だいず	にんじん ごぼう たけのこ しょうが こんにゃく ねぎ こまつな ゼリー(ぶどう・みかん)	658	21.9

☆物資の都合により給食献立の内容が変更になることがあります。ご了承ください。
 ☆給食のない日については、各学校のおたよりで確認してください。
 ※にらまんじゅう・ちくわの石垣あげ・かまぼこのみりん焼きは1. 2年生が1個、3～6年生が2個です。