

令和7年 9月 学校給食献立表



★個数物の数字(幼・小・中)

日曜日	こんだて			食品と働き			栄養価	
	しゅしょく	牛乳	おかず	血・肉・骨などの体をつくる(赤) 1群・2群	熱や力になる(黄) 5群・6群	体の調子をととのえる(緑) 3群・4群	エネルギー kcal	たんぱく質 g
2 火	むぎごはん	牛乳	マーボーナス しゅうまい② チヨレギサラダ	牛乳 とうふ みそ だいたい わかめ のり しゅうまい ぶたにく	こめ むぎ 油 さとう でんぶん ごま かんこくナムルドレッシング	なす・にんじん・たまねぎ・しいたけ にら・たけのこ・ねぎ・にんにく しょうが・キャベツ・きゅうり	(小)651 (中)826	28.0 39.2
3 水	ナン	牛乳	キーマカレー マセドアンサラダ なしゼリー	牛乳 ぶたにく とりにく だいたい チーズ	ナン 油 さとう じゃがいも カレールウ ノンエッグマヨネーズ ゼリー	にんじん・たまねぎ・しめじ・グリーンピース にんにく・しょうが・キャベツ・きゅうり とうもろこし・なし	633 803	27.9 39.0
4 木	ごはん	牛乳	けんちんじる サバのみそに しおこんぶあえ	牛乳 とうふ サバ みそ こんぶ	こめ 油 さとう こんにやく さといも ごま油	だいこん・にんじん・ごぼう・ねぎ こまつな・キャベツ・ほうれんそう もやし	623 791	22.9 32.0
5 金	わかめごはん	牛乳	とりにくとあつあげのごもくに あおなごまふうみあえ れいとうみかん	牛乳 あつあげ とりにく わかめ	こめ 油 さとう でんぶん こんにやく ごま	にんじん・たまねぎ・たけのこ いんげん・こまつな・キャベツ きゅうり・とうもろこし・みかん	654 830	25.9 36.2
8 月	ごはん	牛乳	じゃがいものそぼろに あつやきたまご うめかつおあえ	牛乳 ぶたにく あつあげ たまご かつおぶし	こめ 油 さとう じゃがいも でんぶん	にんじん・たまねぎ・グリーンピース しょうが・ブロッコリー・キャベツ きゅうり・ほうれんそう・うめぼし	646 820	27.9 39.0
9 火	こどもパン	牛乳	やさいスープ ハンバーグデミグラスソース グリーンサラダ	牛乳 ウインナー ハンバーグ	こどもパン 油 さとう かおりごまドレッシング	だいこん・はくさい・にんじん・キャベツ たまねぎ・ブロッコリー・マッシュルーム・トマト カリフラワー・ほうれんそう・とうもろこし	627 796	26.3 36.8
10 水	げんまいりごはん	牛乳	かんこくのり はっぼうさい はるさめサラダ	牛乳 のり ぶたにく エビ イカ うずらたまご	こめ 油 さとう でんぶん はるさめ	にんじん・はくさい・たまねぎ たけのこ・しいたけ・しょうが・もやし キャベツ・きゅうり・きくらげ	626 795	26.1 36.5
11 木	★地場産献立の日★ 皆野産まいたけごはん	牛乳	皆野産みそ漬チキン しゃくしなあえ 皆野産たねなしきよほう③	牛乳 とりにく あぶらあげ みそ	こめ もちごめ 油 さとう こんにやく ごま	まいたけ・しめじ・ごぼう・いんげん にんにく・しょうが・たまねぎ・キャベツ きゅうり・にんじん・しゃくしな・きよほう	645 819	28.6 39.0
12 金	じごなうどん	牛乳	あきなすうどんじる ちくわのいそべあげ①①② ほうれんそうのからしあえ	牛乳 とりにく あぶらあげ ちくわ あおのり	地粉うどん 油 さとう はくりきこ	なす・たまねぎ・ねぎ・こまつな しいたけ・にんじん・ほうれんそう キャベツ・きゅうり・もやし	640 812	28.2 39.4
16 火	ツイストパン	牛乳	なすのミートスパゲッティ トマトオムレツ コーンサラダ	牛乳 ぶたにく オムレツ	ツイストパン 油 さとう スパゲッティ コーンクリームドレッシング	たまねぎ・にんじん・なす・しめじ・トマト いんげん・にんにく・しょうが・ブロッコリー カリフラワー・キャベツ・きゅうり・とうもろこし	638 810	24.6 34.4
17 水	チキンピラフ	牛乳	しろみざかなフライ オーロラサラダ プリン	牛乳 とりにく ベーコン タラ	こめ もちごめ 油 さとう プリン サウザンアイランドドレッシング	たまねぎ・にんじん・とうもろこし グリーンピース・マッシュルーム・にんにく・しょうが ブロッコリー・カリフラワー・キャベツ・きゅうり	662 840	23.0 32.2
18 木	ごはん	牛乳	たまねぎのみそじる チキンなんばん こまつなのじゃこいため	牛乳 あぶらあげ みそ とりにく じゃこ	こめ 油 さとう	たまねぎ・だいこん・しめじ・ねぎ ほうれんそう・こまつな・キャベツ にんじん・とうもろこし	632 802	24.5 34.3
19 金	むぎごはん	牛乳	チキンハヤシ ポテトサラダ げんきヨーグルト	牛乳 とりにく ヨーグルト	こめ むぎ 油 さとう でんぶん じゃがいも ハヤシルウ ノンエッグマヨネーズ	にんじん・たまねぎ・しめじ・グリーンピース にんにく・しょうが・マッシュルーム・えのき キャベツ・にんじん・きゅうり・とうもろこし	651 826	28.3 39.6
22 月	ごはん	牛乳	さいのくにごつぶなつとう かみなりじる サワラさいきょうやき たくあんあえ	牛乳 なつとう みそ あぶらあげ とうふ サワラ	こめ 油 さとう こんにやく さといも ごま ごま油	だいこん・ほうれんそう・ねぎ しいたけ・キャベツ・きゅうり にんじん・たくあん	647 821	25.2 35.2
24 水	あおなごはん	牛乳	だいこんのみそじる グリルチキン れんこんとひじきのごまあえ	牛乳 あぶらあげ とうふ みそ とりにく ひじき	こめ 油 さとう ごま	だいこん・はくさい・ねぎ・キャベツ れんこん・きゅうり・にんじん	625 795	27.7 38.7
25 木	くろパン	牛乳	はくさいのクリームスープ かぼちゃコロッケ ぶどうゼリーポンチ	牛乳 とりにく コロッケ	くろパン 油 さとう シチュールウ ゼリー	はくさい・いんげん・たまねぎ にんじん・しめじ・かぼちゃ・ぶどう みかん・パイナップル・もも	656 833	19.5 27.3
26 金	ちゅうかめん	牛乳	みそラーメンじる タコがたたこやき きゅうりのナムル	牛乳 ぶたにく みそ タコ	中華めん 油 さとう ごま ごま油	にんじん・たまねぎ・はくさい・もやし にら・とうもろこし・にんにく・しょうが キャベツ・だいこん・きゅうり・にんじん	622 789	26.2 36.6
29 月	ごはん	牛乳	ふりかけ ほうれんそうのみそじる バサたつたあげ ★幼稚園リクエスト献立★ きんごまごぼうサラダ	牛乳 ふりかけ みそ とうふ バサ(しろみざかな)	こめ 油 さとう ごま マヨネーズ	だいこん・ほうれんそう・しめじ ねぎ・ごぼう・キャベツ・きゅうり とうもろこし	635 806	25.5 35.7
30 火	しよくパン	ヨー 牛乳	マーガリン ABCマカロニスープ チキンオープンからあげ②②③ コーンポテト	ヨー牛乳 ウインナー とりにく	しよくパン 油 さとう マーガリン マカロニ じゃがいも バター	たまねぎ・キャベツ・にんじん ほうれんそう・とうもろこし・パセリ	655 831	20.1 28.1

※食材などの都合により献立を変更する場合がありますが、ご了承ください。

★10日の献立の八宝菜「うずらたまご」はよくかんで食べましょう！！★

☆給食の開始日☆
2日・・・幼稚園・国神小学校・皆野中学校
3日・・・皆野小学校・三沢小学校

今月の皆野産・秩父郡市産
○じゃがいも ○しめじ ○きゅうり ○しゃくし菜 ○みそ ○しょうゆ

