

9月の給食予定献立表 令和7年熊野町

| 日 | 曜 | 献立名 | | | | | | 力や体温になる食品 | 血や肉・骨になる食品 | 体の調子を整える食品 | 日 | 曜 | 献立名 | | | | | | 力や体温になる食品 | 血や肉・骨になる食品 | 体の調子を整える食品 | | |
|-----|-------|------|------|------|------|------|------|---------------------------------------|--------------|----------------|---------------------------|------|------|------|------|------|------|------|-----------|----------------------------------|------------|------------------|-----------------------|
| | | 一 | 二 | 三 | 四 | 熊中 | 東中 | | | | | | 一 | 二 | 三 | 四 | 熊中 | 東中 | | | | | |
| 1 | 月 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 有吉さん一押し！マツコさん絶賛の★ミートパスタ★ツナサラダ 小型パン 牛乳 | スパゲティ 小型パン 油 | 豚肉 ツナ 牛乳 | 玉ねぎ トマト キャベツ にんじん | 16 | 火 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ご飯 中華風うま煮 レモン酢和え 牛乳 | 米 砂糖 じゃがいも | 豚肉 厚揚げ 牛乳 | チンゲン菜 たけのこ きゅうり コーン |
| 2 | 火 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ご飯 鶏のからあげ ゆかりキャベツ ひろしまっ子汁 牛乳 | 米 砂糖 じゃがいも | 鶏肉 しらす 牛乳 | キャベツ にんじん ねぎ | 17 | 水 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ご飯 白身フライ 花野菜の胡麻和え じゃがいものクリーム煮 牛乳 | 米 油 じゃがいも | たら 鶏肉 牛乳 | ブロッコリー カリフラワー キャベツ |
| 3 | 水 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ご飯 肉じゃが 酢の物 牛乳 | 米 砂糖 じゃがいも | 豚肉 ちくわ 牛乳 | 大根 玉ねぎ きゅうり | 18 | 木 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 豚丼 切り干し大根の酢の物 牛乳 | 米 砂糖 ごま | 豚肉 かまぼこ 牛乳 | しいたけ ニラ 大根 きゅうり にんじん |
| 4 | 木 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ご飯 かぼちゃコロケ たけのこぎんびら けんちん汁 牛乳 | 米 ごま 里芋 油 | 鶏肉 豆腐 油揚げ 牛乳 | かぼちゃ たけのこ 大根 しいたけ | 19 | 金 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ご飯 煮込みハンバーグ 野菜スープ 牛乳 | 米 砂糖 じゃがいも | 豚肉 牛乳 | 玉ねぎ えのき マッシュルーム ほうれん草 |
| 5 | 金 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ご飯 わかさぎの甘酢漬け ひじきの煮物 牛乳 | 米 油 砂糖 | わかさぎ 大豆 油揚げ 牛乳 | にんじん ピーマン 玉ねぎ | 22 | 月 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ご飯 スープカレー フレンチサラダ 牛乳 | 米 油 じゃがいも | 鶏肉 ハム 牛乳 | なす 玉ねぎ いんげん キャベツ |
| 8 | 月 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ご飯 肉豆腐 磯華和え 牛乳 | 米 油 砂糖 | 豚肉 豆腐 ちくわ 牛乳 | ねぎ もやし きゅうり 玉ねぎ | 23 | 火 | × | × | × | × | × | × | | | | |
| 9 | 火 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 黒豆ご飯 アジフライ わかめキャベツ 野菜のみそ汁 牛乳 | 米 油 じゃがいも | アジ 油揚げ 牛乳 | 白菜 大根 キャベツ にんじん ねぎ | 24 | 水 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ご飯 八宝菜 オレンジ いりこ 牛乳 | 米 砂糖 ごま油 | 豚肉 かまぼこ 牛乳 | 白菜 きくらげ たけのこ にんじん |
| 10 | 水 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ご飯 八寸 梅肉和え 牛乳 | 米 砂糖 | 鶏肉 厚揚げ 牛乳 | ごぼう いんげん れんこん 大根 コーン きゅうり | 25 | 木 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | × | 小型パン 焼きそば 海藻サラダ 牛乳 | 小型パン 焼きそば | 豚肉 ツナ 牛乳 | キャベツ もやし 玉ねぎ きゅうり |
| 11 | 木 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ご飯 親子煮 胡麻和え 牛乳 | 米 砂糖 ごま | 鶏肉 卵 牛乳 | 小松菜 ねぎ もやし 玉ねぎ にんじん | 26 | 金 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ご飯 高野豆腐の卵とじ ひじきの煮物 牛乳 | 米 油 じゃがいも | 高野豆腐 鶏肉 卵 油揚げ 牛乳 | いんげん にんじん 玉ねぎ |
| 12 | 金 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ご飯 ちくわの天ぷら 五目ぎんびら 豆腐汁 牛乳 | 米 てんぷら粉 ごま油 | ちくわ 豆腐 油揚げ 牛乳 | ごぼう にんじん えのき 玉ねぎ いんげん | 29 | 月 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ご飯 マーボーなす 中華サラダ 牛乳 | 米 春雨 砂糖 | 豚肉 厚揚げ 牛乳 | なす ピーマン チンゲン菜 にんじん |
| 15 | 月 | × | × | × | × | × | × | | | | | 30 | 火 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | × | ご飯 鶏肉の南蛮漬け 団子汁 牛乳 | 米 団子 じゃがいも | 鶏肉 油揚げ 牛乳 | にんじん 玉ねぎ ねぎ ピーマン |
| 小学校 | 日 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 16 | 17 | 18 | 19 | 22 | 24 | 25 | 26 | 29 | 30 | 平均 | |
| | 熱量(㎉) | 538 | 635 | 574 | 710 | 583 | 593 | 634 | 571 | 587 | 631 | 572 | 675 | 598 | 602 | 607 | 539 | 502 | 627 | 626 | 639 | 602 | |
| | 蛋白(g) | 24 | 28.2 | 19 | 20.7 | 20.6 | 24.4 | 22.7 | 19.2 | 23.9 | 21.1 | 20 | 22.8 | 22.4 | 18.2 | 20.9 | 18.7 | 20.6 | 25.7 | 20.9 | 25.3 | 22.0 | |
| | 塩分(g) | 2.3 | 2.2 | 1.7 | 1.4 | 1.4 | 1.5 | 2.2 | 1.5 | 1.8 | 2.8 | 1.3 | 2.9 | 1.7 | 2.8 | 2.3 | 1.2 | 1.8 | 2.1 | 1.6 | 1.4 | 1.9 | |
| 中学校 | 日 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 16 | 17 | 18 | 19 | 22 | 24 | 25 | 26 | 29 | 30 | 平均 | |
| | 熱量(㎉) | 589 | 722 | 666 | 785 | 598 | 690 | 712 | 655 | 673 | 724 | 660 | 748 | 681 | 677 | 687 | 621 | 590 | 721 | 738 | 731 | 683 | |
| | 蛋白(g) | 26.3 | 31.9 | 21.5 | 22.5 | 22.7 | 28.2 | 24.4 | 21.4 | 26.6 | 24.5 | 22.5 | 24.3 | 24.7 | 19.7 | 22.5 | 21 | 22.9 | 29.4 | 23.4 | 29 | 24.5 | |
| | 塩分(g) | 2.3 | 2.2 | 1.7 | 2.8 | 1.5 | 1.5 | 2.2 | 1.7 | 1.9 | 3.1 | 1.3 | 2.9 | 1.7 | 2.8 | 2.3 | 1.2 | 1.8 | 2.2 | 1.6 | 1.4 | 2.0 | |

※ 9月の給食費の引き落としは9月30日(火)です。献立食材等は都合により変更することがあります。