



9月こんだてひょう (小学校)



令和6年度

砺波市学校給食センター

日曜	献立名	アレルギー対応食	食 品 名					
			主に体をつくるものになるもの		主に体の調子を整えるものになるもの		主にエネルギーのもとになるもの	
2月	ごはん 牛乳 ラザニア バインサラダ 夏野菜カレー		ぶた肉 チーズ	牛乳	トマト アスパラ ピーマン にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり パインナップル にんにく しょうが なす	米 さとう ラザニア 小麦粉 じゃがいも	イタリアンドレッシング 油 バター
3火	ごはん 牛乳 サバの塩焼き 即席漬け すき焼き		サバ ぶた肉 とうふ	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり しょうが はくさい たまねぎ こんにゃく ねぎ	米 さとう	
4水	ごはん 牛乳 アジフライ 切りほ 切干し大根のひたし もずく汁		アジ とり肉	牛乳 もずく	小松菜 にんじん	切干しだいこん キャベツ たまねぎ もやし えのき コーン ねぎ	米 パン粉 小麦粉 さとう	ごま 油
5木	キャロットパン 牛乳 チーズオムレツ ジャーマンポテト 中華風とうふ汁		卵 ベーコン とうふ	牛乳 チーズ わかめ	パセリ にんじん にら	たまねぎ はくさい しいたけ	キャロットパン さとう じゃがいも	油 ごま油
6金	ごはん 牛乳 ●エビと大豆のチリソース煮 ゆでブロッコリー ワンタンスープ	エビ	えび 大豆 ぶた肉	牛乳	ブロッコリー にんにく にら	しょうが たまねぎ キャベツ たまねぎ しいたけ	米 でんぶん ワンタンの皮	油 マヨネーズ
9月	ごはん 牛乳 シシヤモの天ぷら かりかり梅あえ 冬瓜のみそ汁		油揚げ みそ	牛乳 シシヤモ 煮干し粉	にんじん	キャベツ きゅうり もやし 梅 たまねぎ とうがん だいこん えのき ねぎ	米 小麦粉	油
10火	ごはん 牛乳 千草焼き 白あえ かぼちゃのそぼろ煮 ひじきふりかけ		卵 白和えの素 とり肉	牛乳 ひじき	にんじん 小松菜 かぼちゃ	ねぎ こんにゃく 枝豆 しょうが たまねぎ しいたけ	米 さとう じゃがいも コーンスターチ	ごま
11水	ごはん 牛乳 サケの南蛮漬け 茎わかめのきんぴら じゃが豚キムチ		サケ ぶた肉 とうふ	牛乳 茎わかめ	にんじん さやいんげん にら	ごぼう こんにゃく れんこん たまねぎ 白菜キムチ	米 さとう でんぶん じゃがいも	油 ごま油
12木	アップルパン 牛乳 チキンナゲット ビーンズサラダ コーンクリームスープ		とり肉 ミックスビーンズ ウインナー	牛乳	ブロッコリー にんじん	キャベツ きゅうり たまねぎ はくさい スズキーニ コーン にんにく	アップルパン 米粉 パン粉 小麦粉	ごまドレッシング 油
13金	つきみこんだて お月見献立		とり肉	牛乳	小松菜	たまねぎ にんにく キャベツ	米 さとう	
	ごはん 牛乳 うさぎ型ハンバーグ 青菜のコーンあえ のっぺい汁 お月見デザート		ぶた肉	牛乳 煮干し粉	にんじん	コーン だいこん しょうが たまねぎ ねぎ	さといも コーンスターチ お月見デザート	
16月	敬老の日							
17火	ごはん 牛乳 ポークシウマイ 枝豆サラダ ●親子煮	卵	ぶた肉 とり肉 高野どうふ 卵	牛乳	にんじん	たまねぎ キャベツ しょうが きゅうり 枝豆 たまねぎ こんにゃく しんじけ ねぎ	米 さとう ショウマイの皮 パン粉 でんぶん じゃがいも	シーザードレッシング
18水	ごはん 牛乳 ちくわのカレー揚げ のりあえ 冬瓜のうま煮		ちくわ ぶた肉 厚揚げ	牛乳 のり	小松菜 にんじん	キャベツ たまねぎ とうがん 干しだいこん だいこん	米 天ぷら粉 さとう	油
19木	コッペパン 牛乳 ワカサギのフリッター ビーフンソテー ポトフ		ベーコン とり肉 大豆	牛乳 ワカサギ	にんじん パセリ	キャベツ もやし たまねぎ とうがん だいこん	コッペパン 小麦粉 でんぶん パン粉 ビーフン じゃがいも	油
20金	しゅうなん ひこんだて 秋分の日献立		ぶた肉	牛乳	小松菜	もやし にんにく だいこん しょうが ねぎ しいたけ	米 コーンスターチ さとう	油 ごま油
	ごはん 牛乳 イワシのおろし煮 三色ひたし 麻婆なす		とうふ イワシ	牛乳	小松菜 干しにんじん にら にんじん	たけのこ なす		
23月	振替休日							
24火	二色ごはん 牛乳 ごまひたし 肉じゃが		サケ ぶた肉	牛乳	小松菜 にんじん さやいんげん	グリンピース もやし たまねぎ こんにゃく	米 じゃがいも さとう	ごま
25水	となくみだつぷり献立		ぶた肉 みそ	牛乳	小松菜 干しにんじん にんじん	たまねぎ もやし なす キャベツ ねぎ	米 さとう じゃがいも パン粉 小麦粉 米粉	油 ごま油
26木	黒糖パン 牛乳 とり肉とレバーの甘酢からめ グリーンサラダ 春雨スープ		とり肉 ぶたレバー	牛乳	ブロッコリー にんじん にら	しょうが キャベツ きゅうり たまねぎ はくさい コーン しいたけ	黒糖パン でんぶん 春雨 さとう	油 和風ドレッシング
27金	ごはん 牛乳 ニシンの照り煮 しば漬あえ 厚揚げと大豆のうま煮		ニシン 厚揚げ 大豆	牛乳	にんじん さやいんげん	キャベツ きゅうり しば漬け たまねぎ	米 じゃがいも さとう	
30月	しゅうなん ひこんだて 生田小学校・砺波北部小学校・鷹栖小学校・庄川小学校		ウインナー とり肉	牛乳 海藻ミックス	ブロッコリー にんじん	キャベツ きゅうり たまねぎ ねぎ	コッペパン じゃがいも マカロニ	中華ドレッシング 油 りんごジャム
	ましらしょうがっこう となくみ ほうしゅうがっこう にかすししょうがっこう しょうがのしょうがっこう 出町小学校・砺波北部小学校・鷹栖小学校・庄川小学校		きなこと とり肉	牛乳 海藻ミックス ヨーグルト	ブロッコリー にんじん	キャベツ きゅうり たまねぎ ねぎ	コッペパン じゃがいも マカロニ さとう	油 中華ドレッシング
	あ 揚げパン 牛乳 海藻サラダ マカロニスープ まるとヨーグルト							



今月の地場産食材の紹介

・献立は都合により変更になることがあります。
・給食で初めて食べた食品でアレルギー症状が出る場合がありますので、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に食べてみることをお勧めします。

今月の平均栄養価			
	エネルギー	たんぱく質	カルシウム
基準	650kcal	21～33g	350mg
コッペパン 提供量	629kcal	24.2g	349mg
揚げパン 提供量	624kcal	24.1g	355mg

