

9月献立表

令和6年8月27日
府中町立府中中学校



日曜日	1年	2年	3年	献立	材料			エネルギーたんぱく質	日曜日	1年	2年	3年	献立	材料			エネルギーたんぱく質
					赤色(血や肉を作るもの)	黄色(力や体温となるもの)	緑色(体の調子をよくするもの)							赤色(血や肉を作るもの)	黄色(力や体温となるもの)	緑色(体の調子をよくするもの)	
2月	○	○	○	牛乳	牛乳			787kcal 23.4g	17	○	○	○	牛乳	牛乳			771kcal 27.1g
				秋野菜ハヤシライス	牛肉	米・麦・油・小麦粉・バター	玉ねぎ・にんじん・なす・ズッキーニ しめじ・にんにく・セロリ・トマト缶						ジュース	豚肉・昆布・ちくわ	アルファ化米・油	にんじん・いんげん	
				かりかりベーコンのマヨネーズサラダ	ベーコン	ノンエッグマヨネーズ・砂糖	きゅうり・にんじん・コーン・キャベツ レモン果汁・にんにく						ウインナー&揚げポテト	ウインナー	ポテト・油	パセリ	
3火	○	○	○	牛乳	牛乳			794kcal 30g	18	○	○	○	牛乳	牛乳			758kcal 28.5g
				チキン丼	鶏肉	米・砂糖・ごま油	エリンギ・白ねぎ・しめじ・いんげん しょうが・にんにく						ジャージャー麺	豚肉・赤みそ	中華めん・油・でんぶ ごま油	干しいたけ・にんじん・玉ねぎ・白ねぎ しょうが・にんにく・きゅうり・もやし	
				肉団子とチンゲンサイのスープ	肉団子	春雨	チンゲンサイ・玉ねぎ・にんじん						もちもちドーナツ	豆腐・ヨーグルト	ホットケーキミックス 白玉粉・砂糖		
4水	○	○	○	牛乳	牛乳			758kcal 24.3g	19	○	○	○	牛乳	牛乳			723kcal 23.6g
				バターパン		バターパン							麦ごはん	米・麦			
				上海風焼きそば	豚肉	ごま油・焼きそば麺	にんにく・たけのこ・にんじん・キャベツ きくらげ・玉ねぎ・白ねぎ・しょうが						さんまのかば焼き	さんま	でんぶ・小麦粉・油・砂糖	しょうが	
5木	○	○	○	牛乳	牛乳			802kcal 35.6g	20	○	○	○	牛乳	牛乳			781kcal 31.2g
				ごはん		米							黒糖パン	まぐろ油煮・牛乳・チーズ	黒糖パン	玉ねぎ・コーン・しめじ	
				鮭の塩焼き	鮭								里いものグラタン	鶏肉	里いも・油	玉ねぎ・にんじん・白菜	
6金	○	○	○	牛乳	牛乳			764kcal 32.5g	24	○	○	○	牛乳	牛乳			811kcal 35.6g
				コッペパン・チョコレートスプレッド	鶏肉	パン・チョコレートスプレッド	にんにく・ゆず果汁・パセリ						ごはん	米			
				鶏肉のから揚げゆずガーリックソース	鶏肉	でんぶ・小麦粉・油・砂糖							炒り豆腐	豆腐・鶏肉・たまご	油・砂糖	玉ねぎ・干しいたけ・にんじん・いんげん	
9月	○	○	○	牛乳	牛乳			806kcal 27.5g	25	○	○	○	牛乳	牛乳			797kcal 40.8g
				ごはん		米							カレーうどん	豚肉・油揚げ	うどん・でんぶ	玉ねぎ・にんじん・白ねぎ・干しいたけ	
				冷しゃぶサラダ	豚肉	練りごま・砂糖・ごま油	キャベツ・きゅうり・にんじん						いわしのガーリックフライ	いわし	小麦粉・パン粉・油		
10火	○	○	○	牛乳	牛乳			722kcal 40.3g	26	×	×	×	中間試験のため給食なし				
				開きいわしのから揚げ	いわし	小麦粉・でんぶ・油	しょうが・にんにく										
				もずくのみそ汁	もずく・豆腐・みそ	里いも	玉ねぎ・にんじん・白ねぎ										
11水	○	○	○	牛乳	牛乳			788kcal 32.6g	27	×	×	×	中間試験のため給食なし				
				とんこつラーメン	豚肉	中華めん・油	にんにく・しょうが・にんじん・玉ねぎ・白ねぎ										
				キャベツのごま酢あえ	まぐろ油煮	砂糖・ごま油・白ごま	キャベツ・コーン・きゅうり・にんじん										
12木	○	○	○	牛乳	牛乳			843kcal 30.1g	30	○	○	○	牛乳	牛乳			822kcal 29.1g
				あなごごはん	あなご・たまご	米・砂糖	にんじん・ごぼう・干しいたけ・いんげん						ごはん	米			
				ひじきと小松菜の中華あえ	ちくわ・ひじき	白ごま・ごま油・砂糖・ラー油	にんじん・小松菜						生揚げの中華煮	豚肉・生揚げ・うずら卵	ごま油・でんぶ・油・砂糖	にんじん・たけのこ・玉ねぎ・干しいたけ いんげん・しょうが	
13金	○	○	○	牛乳	牛乳			764kcal 27.4g					牛乳	牛乳			
				コッペパン・いちごジャム	ハム・かつお節・塩昆布	パン・いちごジャム	玉ねぎ・にんじん・マッシュルーム グリーンピース										
				さつまいものクリームシチュー	牛乳・生クリーム・鶏肉・栗	さつまいも・油 バター・小麦粉	コーン・キャベツ・にんじん・きゅうり										

*物資の都合等により献立内容を変更する場合があります。