



# 9月の献立表



令和6年9月  
江戸川区立船堀第二小学校

曜日	月	火	水	木	金
	2日	3日 573kcal	4日 517kcal	5日 610kcal	6日 690kcal
献立	始業式	<ul style="list-style-type: none"> <li>夏野菜の麻婆豆腐どんぶり</li> <li>牛乳</li> <li>春雨スープ</li> <li>杏仁豆腐</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>枝豆とうもろこしごはん・牛乳</li> <li>魚のカレーごま揚げ</li> <li>じゃが芋の変わりきんぴら</li> <li>ひき肉と冬瓜のあんかけ汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>チリビーンズドック・牛乳</li> <li>チリコンカン</li> <li>フィッシュサラダ</li> <li>バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>スパゲッティトマトミートソース</li> <li>牛乳</li> <li>小松菜サラダ</li> <li>かぼちゃのケーキ</li> </ul>
食品		牛乳 ぶた肉 みそ とうふ 粉寒天 練乳 生クリーム 米 むぎ ごま油 三温糖 でんぷん 春雨 さとう にんにく しょうが にんじん しいたけ 玉ねぎ パプリカ さやいんげん もやし えのきたけ ねぎ 小松菜 パイン みかん 黄桃	牛乳 ちりめんじゃこ 糸昆布 さめ さつま揚げ とり肉 とうふ たまご 米 むぎ ごま 三温糖 でんぷん 米粉 油 じゃが芋 こんにゃく とうもろこし 枝豆 にんじん さやいんげん とうがん 小松菜	牛乳 とり肉 白いんげん豆 ぶた肉 チーズ メルルーサ パン 油 でんぷん マーガリン じゃが芋 バター 米粉 さとう ごま にんにく たまねぎ にんじん パセリ マッシュルーム キャベツ もやし きゅうり 小松菜 バナナ	牛乳 ぶた肉 チーズ ツナ たまご 大豆(黒豆) スパゲッティ オリーブ油 油 米粉 小麦粉 マーガリン ごま 三温糖 粉糖 玉ねぎ マッシュルーム セロリ 小松菜 なす にんにく しょうが トマト缶 にんじん キャベツ もやし レモン かぼちゃ
	9日 537kcal	10日 532kcal	11日 694kcal	12日 534kcal	13日 596kcal
献立	<ul style="list-style-type: none"> <li>さといもごはん・牛乳</li> <li>ホッケの塩焼き</li> <li>菊花入り三色あえ</li> <li>ふわふわ豆腐汁・冷凍みかん</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>じゃこわかめご飯・牛乳</li> <li>レバーのカレー揚げ・中華風きゅうり</li> <li>わかめともやしのみそ汁</li> <li>手作り水ようかん</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>キノコのカレーライス・牛乳</li> <li>ひと口とんかつ</li> <li>パイザヌスープ</li> <li>はちみつリンゴヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>照り焼きフィッシュバーガー</li> <li>牛乳・ミックスマグロ</li> <li>モヤシとハムのスープ</li> <li>梨(なし)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>冷やしおろしうどん・牛乳</li> <li>ししゃもの海苔ごま揚げ</li> <li>油麩とじゃが芋の煮物</li> <li>蒸しとうもろこし</li> </ul>
食品	牛乳 とり肉 油揚げ 糸昆布 ほっけ ぶた肉 とうふ たまご 米 さといも ごま 三温糖 にんじん しいたけ グリンピース たくあん 小松菜 もやし 菊のり ねぎ みつば 冷凍みかん	牛乳 わかめ ちりめんじゃこ レバー 油揚げ 高野とうふ 粉かつお みそ 小豆 粉寒天 米 むぎ 三温糖 ごま 米粉 里芋 ごま油 栗 しょうが にんじん にんにく きゅうり 玉ねぎ えのきたけ もやし	牛乳 ベーコン 大豆 ぶた肉 米 むぎ 油 マーガリン 小麦粉 パン粉 じゃが芋 はちみつ しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ しめじ グリンピース えのき パセリ りんご みかん 黄桃 リンゴジャム	牛乳 さめ ベーコン ハム わかめ パン 油 三温糖 マヨネーズ(卵無) じゃが芋 バター しょうが キャベツ 黄パプリカ にんじん グリンピース コーン 玉ねぎ もやし ねぎ 小松菜 梨	牛乳 とり肉 油揚げ ししゃも 青のり うどん 三温糖 でんぷん 油 こんにゃく 仙台油麩 じゃが芋 小松菜 にんじん えのき 大根 しその葉 しいたけ 玉ねぎ グリンピース とうもろこし
	16日 敬老の日	17日 619kcal	18日 577kcal	19日 664kcal	20日 570kcal
献立		<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん ごましお・牛乳</li> <li>鮭のさんぎ</li> <li>どさんこ汁</li> <li>カボチャ団子のみたらし味</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん・海苔と浅利の佃煮・牛乳</li> <li>とうふ入り厚焼き玉子</li> <li>カボチャ豆じゃこの揚げ煮</li> <li>冬瓜と豆腐の味噌汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>さぬきうどん風</li> <li>牛乳・きな粉のおはぎ</li> <li>さんぎ(愛媛県から揚げ)</li> <li>わかめと野菜のごま和え</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>つつまないけど稲荷ずし</li> <li>牛乳・カボチャのコロッケ</li> <li>茹でキャベツ</li> <li>きのこのかきたま汁・巨峰</li> </ul>
食品	牛乳 さけ ぶた肉 とうふ わかめ 粉カツオ みそ 豆乳 米 むぎ ごま でんぷん 上新粉 油 さといも こんにゃく バター 白玉粉 三温糖 しょうが ごぼう 大根 にんじん ねぎ コーン かぼちゃ	牛乳 系昆布 ぶた肉 あんこ きな粉 とり肉 わかめ うどん 三温糖 米 もち米 ごま でんぷん 油 にんじん 玉ねぎ 小松菜 葉ねぎ しょうが にんにく きゅうり キャベツ もやし コーン	牛乳 こんぶ ぶた肉 小豆 きな粉 とり肉 わかめ うどん 三温糖 米 もち米 ごま でんぷん 油 にんじん 玉ねぎ 小松菜 葉ねぎ しょうが にんにく きゅうり キャベツ もやし コーン	牛乳 油揚げ ぶた肉 たまご 豆乳 とうふ わかめ 米 三温糖 ごま 油 マッシュポテト 小麦粉 パン粉 でんぷん かんぴょう かぼちゃ にんじん 玉ねぎ キャベツ パセリ えのき みつ葉 しいたけ 巨峰	
	23日	24日 539kcal	25日 549kcal	26日 609kcal	27日 574kcal
献立	秋分の日 振替休日	<ul style="list-style-type: none"> <li>じゃが芋おかずフォカッチャ</li> <li>牛乳・イタリアンサラダ</li> <li>大豆入りミネストローネ</li> <li>冷凍みかん</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>とりめし(長崎)・牛乳</li> <li>きびなごのから揚げ</li> <li>さつま芋の肉じゃが煮</li> <li>つぼ汁・菊花ミカン</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん・手作りなめたけ・牛乳</li> <li>ツナ巻き焼き</li> <li>ごぼうチップ和え</li> <li>小松菜のかきたま汁・梨</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ツナピラフ</li> <li>牛乳</li> <li>ナスのミートグラタン</li> <li>カブ入り野菜スープ</li> </ul>
食品	牛乳 ベーコン チーズ ハム 大豆 小麦粉 さとう オリーブ油 じゃが芋 マヨネーズ(卵無) マカロニ パプリカ キャベツ もやし きゅうり パプリカ コーン 玉ねぎ ニンニク セロリ にんじん マッシュルーム トマト缶 冷凍みかん	牛乳 とり肉 高野豆腐 きびなご ぶた肉 さつま揚げ とうふ 米 むぎ 油 三温糖 でんぷん しらたき さつま芋 しょうが さやいんげん にんじん 玉ねぎ グリンピース ごぼう しいたけ みかん	牛乳 あおさ ツナ おから ちりめんじゃこ とうふ たまご わかめ 米 むぎ 油 三温糖 マヨネーズ(卵無) 春巻きの皮 ごま でんぷん じゃが芋 えのき 玉ねぎ レモン パセリ キャベツ にんじん きゅうり ごぼう 小松菜 梨	牛乳 ツナ とり肉 大豆 チーズ ぶた肉 米 むぎ オリーブ油 米粉 マーガリン さとう 小麦粉 じゃが芋 玉ねぎ にんじん マッシュルーム コーン パセリ ナス にんにく トマト缶 グリンピース キャベツ セロリ カブ	
	30日 517kcal	<p>秋が旬の食べものが、たくさんあります！</p> <p>「旬」というのは、出盛り・とれ盛りで、魚はあぶらがのり、果物や野菜は甘みが増して栄養たっぷりです。給食室でおいしく、調理します。みなさんもたくさん食べてくださいね！</p>			
献立	<ul style="list-style-type: none"> <li>二色そばろ丼・牛乳</li> <li>小松菜ともやしのごま和え</li> <li>さと芋と厚揚げのみそ汁</li> <li>バナナ</li> </ul>				
食品	牛乳 たまご 煮干し粉 厚揚げ みそ 米 むぎ 油 三温糖 ごま さといも しょうが 小松菜 にんじん もやし 大根 玉ねぎ バナナ				