９月の献立表

令和７年９月
江戸川区立船堀第二小学校

曜日	月	火	水	木	金
	１日	２日　５７８kcal	３日　６８７kcal	４日　６０７kcal	５日　５８３kcal
献立	始業式 	・夏野菜の麻婆豆腐どんぶり ・牛乳 ・春雨スープ ・杏仁豆腐	・照り焼きフィッシュバーガー ・牛乳・ポークビーンズ ・ツナサラダ ・梨（なし）	・カレーピラフ・牛乳 ・魚のソテーキノコのソース ・スタミナサラダ・キャベツトマトスープ ・冷凍ミカン	・冷やしおろしうどん・牛乳 ・ししゃものいそべ揚げ ・油麩とじゃが芋の煮物 ・蒸しとうもろこし 3年生 とうもろこしの皮むき体験
食品 赤		牛乳　ぶた肉　みそ　とうふ　粉寒天　練乳　生クリーム	牛乳　さめ　ベーコン　ぶた肉　大豆　ツナ	牛乳　ハム　マス　ぶた肉	牛乳　とり肉　糸こんぶ　油揚げ　ししゃも　青のり
黄		米　むぎ　ごま油　三温糖　でんぷん　春雨　じゃが芋　さとう	パン　油　でん粉　三温糖　マヨネーズ（卵無）　じゃが芋　小麦粉　マーガリン	米　むぎ　油　小麦粉　バター　ワンタンの皮　三温糖　ごま	うどん　三温糖　小麦粉　油　こんにゃく　仙台油麩　じゃが芋
緑		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	しょうが　キャベツ　黄パプリカ　にんじん　玉ねぎ　きゅうり　マッシュルーム　小松菜　梨	玉ねぎ　にんじん　コーン　マッシュルーム　にんにく　しめじ　えのき　しいたけ　だいこん　しょうが　もやし　キャベツ　もやし　トマト　小松菜　冷凍ミカン	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

曜日	月	火	水	木	金
	８日　６０９kcal	９日　５４６kcal	１０日　５８１kcal	１１日　６３７kcal	１２日　６７９kcal
献立	・チャーハン・牛乳 ・チンジャオロース ・中華コーンスープ ・ミルク寒天みかん入り 世界の料理 中国	・くりごはん・牛乳 ・千種焼き ・菊花入り三色あえ ・クジラ雲のすまし汁・冷凍みかん 行事食 重陽の節句	・手作りフォカッチャ・牛乳 ・ボロアチャカトーラ ・イタリアンサラダ ・梨（なし） 世界の料理 イタリア	・ガーリックシュリンプピラフ ・牛乳・ナスのミートグラタン ・レタスとトマトのスープ ・パインアップル	・ごはん　海苔とあさりの佃煮 ・厚揚げの鶏みそ田楽 ・とり肉と里芋の煮物 ・小松菜のかきたま汁・冷凍ミカン
食品 赤	牛乳　たまご　焼き豚　とり肉　とうふ　粉寒天　豆乳　練乳　生クリーム	牛乳　とり肉　ひじき　たまご　とうふ　はんぺん	牛乳　ベーコン　大豆　とり肉　ハム	牛乳　ハム　えび　ぶた肉　大豆　チーズ	牛乳　のり　あさり　ひじき　とり肉　みそ　油揚げ　とうふ　糸昆布　わかめ　たまご
黄	米　むぎ　ごま油　さとう　でんぷん　じゃが芋	米　もち米　くり　三温糖　ごま　油	小麦粉　さとう　オリーブ油　マーガリン　じゃが芋　小麦粉	米　むぎ　オリーブ油　マカロニ　マーガリン　小麦粉　さとう	米　むぎ　三温糖　水あめ　油　でんぷん　ごま　こんにゃく　里芋
緑	しょうが　しいたけ　たけのこ　にんじん　ねぎ　グリンピース　玉ねぎ　ピーマン　パプリカ　コーン　小松菜　みかん	たけのこ　にんじん　葉ねぎ　ねぎ　たくあん（大根）小松菜　もやし　菊のり　冷凍みかん	セロリ　玉ねぎ　にんじん　しめじ　トマト　ブロッコリー　キャベツ　もやし　きゅうり　パプリカ　コーン　梨	にんにく　玉ねぎ　にんじん　しめじ　葉ねぎ　なす　コーン　マッシュルーム　トマト　グリンピース　レタス　パセリ　パインアップル	しいたけ　にんにく　にんじん　ねぎ　たけのこ　大根　小松菜　冷凍ミカン

曜日	月	火	水	木	金
	１５日　敬老の日	１６日　６５０ｋｃａｌ	１７日　５３５ｋcal	１８日　６４９kcal	１９日　６４０kcal
献立		・ごはん　手作りふりかけ・牛乳 ・手作りコロッケ・茹でキャベツ ・なめこ入りけんちん汁 ・なし（梨）	・カレーチーズドッグ・牛乳 ・フィッシュサラダ ・ジュリエンヌスープ ・プルーン	・じゃこわかめごはん　・牛乳 ・焼きつくね ・変わりきんぴら ・豚汁・バナナ	・ごはん・牛乳 ・さんまのかば焼き ・大根かぶの華楓和え ・生揚げとわかめのみそ汁・水ようかん
食品 赤		牛乳　しらす　おかか　桜エビ　青のり　ぶた肉　生揚げ	牛乳　ぶた肉　大豆　チーズ　メルルーサ　ベーコン	牛乳　わかめ　ちりめんじゃこ　とり肉　大豆　みそ　さつま揚げ　煮干し粉　ぶた肉	牛乳　さんま　わかめ　生揚げ　みそ　煮干し粉　あんこ　粉寒天
黄		米　むぎ　ごま　さとう　じゃが芋　小麦粉　パン粉　油　里芋　こんにゃく	パン　油　小麦粉　でんぷん　ごま　さとう　じゃが芋	米　むぎ　ごま　パン粉　三温糖　油　じゃが芋　こんにゃく	米　むぎ　でんぷん　ごま油　三温糖　くり
緑		しその葉　にんじん　玉ねぎ　パセリ　キャベツ　大根　ごぼう　しいたけ　なめこ　ねぎ　梨	しょうが　にんにく　玉ねぎ　キャベツ　きゅうり　小松菜　にんじん　セロリ　パセリ　プルーン	にんじん　玉ねぎ　しょうが　さやいんげん　ごぼう　大根　ねぎ　小松菜　バナナ	しょうが　にんじん　大根　小松菜　かぶ　玉ねぎ　ねぎ

曜日	月	火	水	木	金
	２０日土曜授業公開	22日土曜授業参観振替休日・２３日秋分の日	２４日　６３１kcal	２５日 全校遠足・青空給食 ６５３kcal	２６日　６２８ｋcal
献立	・きのこのカレーライス・牛乳 ・ひと口とんかつ ・もやしとハムのスープ ・はちみつリンゴヨーグルト		・さぬきうどん風・牛乳 ・きな粉とあんこのおはぎ ・ししゃもの石垣揚げ ・わかめと野菜のごま揚げ 郷土料理 四国地方 彼岸の入り	・ごはん・ゆかりごま・牛乳 ・鶏肉のから揚げ・鮭の塩焼き ・ボイルウインナー・変わりきんぴら ・舟形きゅうり・バナナ1/2	・ごはん・手作りなめたけ・牛乳 ・ツナ巻き焼き・和風ごぼうサラダ ・小松菜とじゃが芋のかきたま汁 ・菊花みかん 大腸を考える日
食品 赤	牛乳　ぶた肉　大豆　ベーコン　ハム　ヨーグルト		牛乳　糸昆布　ぶた肉　あんこ　きなこ　ししゃも　わかめ	牛乳　とり肉　さけ　ウインナー　さつま揚げ	牛乳　青さのり　ツナ　おから　ちりめんじゃこ　とうふ　わかめ　たまご
黄	米　むぎ　油　マーガリン　小麦粉　パン粉　はちみつ		うどん　三温糖　米　もち米　小麦粉　ごま　油	米　むぎ　ごま　でんぷん　米粉　油　こんにゃく　じゃが芋　三温糖	米　むぎ　三温糖　マヨネーズ（卵無）春巻きの皮　油　ごま　じゃが芋
緑	しょうが　にんにく　にんじん　玉ねぎ　しめじ　グリンピース　もやし　ねぎ　小松菜　りんご　リンゴジャム　みかん　黄桃		にんじん　玉ねぎ　小松菜　葉ねぎ　きゅうり　キャベツ　もやし　コーン	ゆかり　しょうが　ごぼう　にんじん　さやいんげん　きゅうり　しその葉　バナナ	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　かぶ

曜日	月	火
	２９日　５９５kcal	３０日　５８４kcal
献立	・チキンライス・牛乳 ・ツナとポテトのオムレツ ・小松菜サラダ ・ジュリエンヌスープ・パインアップル	・とりめし・牛乳 ・レバーの甘辛ソース ・じゃことごぼうの和え物 ・太平燕（タイピーエン）・梨（なし） 郷土料理　長崎県
食品 赤	牛乳　とり肉　ツナ　たまご　ベーコン	牛乳　とり肉　高野豆腐　レバー　ちりめんじゃこ　わかめ　ぶた肉　いか　えび
黄	米　むぎ　オリーブ油　じゃが芋　ごま	米　むぎ　ごま油　三温糖　でんぷん　はるさめ
緑	にんじん　玉ねぎ　コーン　マッシュルーム　グリンピース　キャベツ　小松菜　もやし　レモン　セロリ　パセリ　パインアップル	しょうが　さやいんげん　にんにく　にんじん　葉ねぎ　ごぼう　キャベツ　きゅうり　小松菜　玉ねぎ　たけのこ　白菜　梨

秋が旬の食べものが、たくさんあります！

「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！

青空給食の持ち物

はし・レジャーシート・名前の書いたレジ袋もしくはエコバッグ（弁当を入れて持ち歩きます）・おてふき・バナナをいれるビニール袋など。

雨天でも給食室で弁当箱に詰めます！忘れ物が無いようにお願いします。）