

令和6年9月 献立表

南葛西第二小学校

日	曜	献立名	主な使用食材			
			赤：血や肉になる	黄：熱や力の元になる	緑：体の調子を整える	
3	火	牛乳	ポークカレーライス	豚肉、ヨーグルト、粉チーズ	米、麦、油、じゃがいも、バター、小麦粉	しょうが、にんにく、玉ねぎ、セロリー、にんじん
			海藻サラダ	糸寒天、わかめ、くきわかめ	白ごま、油、ごま油、さとう	もやし、きゅうり、コーン
			冷凍みかん			みかん
4	水	牛乳	きな粉揚げパン	きな粉	コッペパン、油、三温糖、グラニュー糖	
			コーンサラダ	ツナ	白ごま、油、ごま油、さとう	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン
			クリームシチュー	鶏肉、牛乳	油、じゃがいも、バター、小麦粉	にんじん、玉ねぎ
5	木	牛乳	キムチチャーハン	豚肉、たまご	米、油、さとう	しょうが、にんにく、にんじん、はくさいキムチ、ねぎ、にら
			わかめスープ	鶏肉、木綿豆腐、わかめ		にんじん、玉ねぎ、もやし、えのきたけ、ねぎ
			さつまいもと大豆の甘辛揚げ	大豆	さつまいも、でん粉、油、三温糖、黒ごま	
6	金	牛乳	ご飯		米、麦	
			さばのみそ煮	さば、みそ	さとう	しょうが
			小松菜のおひたし	油揚げ	三温糖	こまつな、はくさい、もやし、にんじん
			けんちん汁	鶏肉、木綿豆腐	油、板こんにゃく、さといも、ごま油	ごぼう、にんじん、だいこん、干し椎茸、ねぎ
9	月	牛乳	わかめご飯	炊き込みわかめ	米、麦、白ごま	
			肉じゃが	豚肉	油、じゃがいも、しらたき、三温糖	干し椎茸、にんじん、たけのこ、玉ねぎ
			豆腐のすまし汁	鶏肉、木綿豆腐		えのきたけ、だいこん、にんじん、こまつな、ねぎ
10	火	牛乳	鶏ごぼうピラフ	鶏肉	米、油	しょうが、玉ねぎ、にんじん、ごぼう、マッシュルーム、えだまめ
			バリバリポテトのサラダ		じゃがいも、油、ごま油、三温糖	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン
			ABCスープ	鶏肉	アルファベットマカロニ	玉ねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな
11	水	牛乳	トマトソーススパゲッティ	ベーコン、豚肉	スパゲッティ、オリーブ油、三温糖	にんにく、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、トマト
			小松菜としめじのスープ	鶏肉、木綿豆腐		玉ねぎ、にんじん、しめじ、キャベツ、こまつな
			スイートポテト	牛乳、生クリーム	さつまいも、さとう、バター	
12	木	牛乳	麻婆なす豆腐丼	豚肉、木綿豆腐、みそ	米、麦、油、三温糖、でん粉、ごま油	にんにく、しょうが、玉ねぎ、にんじん、ねぎ、たけのこ、なす
			にら玉スープ	鶏肉、たまご	ごま油、でん粉	えのきたけ、玉ねぎ、にんじん、にら
			巨峰			巨峰
13	金	牛乳	ご飯		米、麦	
			鮭のスタミナ焼き	鮭		にんにく
			じゃがいものきんぴら炒め	豚肉	油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま	にんじん、ごぼう
			白菜のみそ汁	油揚げ、みそ		えのきたけ、玉ねぎ、だいこん、にんじん、はくさい、こまつな、ねぎ
17	火	牛乳	★十五夜献立★			
			さといもご飯	鶏肉、油揚げ	米、油、三温糖、さといも	にんじん、えだまめ
			いかのたつた揚げ	いか	油、でん粉、さとう	しょうが
			野菜のごまみそ和え	みそ	白ごま、三温糖	こまつな、もやし、にんじん
			月見汁	絹ごし豆腐、鶏肉、ちらしかまぼこ	白玉粉	えのきたけ、にんじん、だいこん、こまつな、ねぎ
18	水	牛乳	ハヤシライス	豚肉、生クリーム	米、麦、油、三温糖、バター、小麦粉	にんにく、しょうが、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム
			もやしとわかめのサラダ	わかめ	白ごま、三温糖、ごま油	もやし、こまつな、にんじん
			りんご			りんご
19	木	牛乳	★食育の日献立★宮城県			
			油麩丼	鶏肉、たまご	米、麦、油、三温糖、油麩、でん粉	しょうが、玉ねぎ、ねぎ
			のっぺい汁	鶏肉、木綿豆腐	さといも、でん粉	干し椎茸、だいこん、にんじん、ごぼう、こまつな
20	金	牛乳	ずんだもち	絹ごし豆腐	白玉粉、三温糖	えだまめ
			丸パン		丸パン	
			魚のフライ	ホキ	小麦粉、生パン粉、乾燥パン粉、油、三温糖	
			ゆでキャベツ		油、さとう	キャベツ、にんじん、黄パプリカ、きゅうり、玉ねぎ
24	火	牛乳	ミネストローネ	ベーコン、鶏肉	オリーブ油、じゃがいも、三温糖、シエルマカロニ	玉ねぎ、にんじん、こまつな
			ご飯		米、麦	
			擬製豆腐	鶏肉、木綿豆腐、たまご	油、三温糖、さとう、でん粉	玉ねぎ、にんじん
			ちくわのサラダ	焼き竹輪	白ごま、ごま油、三温糖	もやし、キャベツ、きゅうり、にんじん、玉ねぎ
25	水	牛乳	じゃがいものみそ汁	油揚げ、わかめ、みそ	じゃがいも	えのきたけ、にんじん、玉ねぎ、こまつな
			ねぎ塩豚丼	豚肉	米、麦、ごま油、白ごま、油、でん粉	ねぎ、にんにく、玉ねぎ、にんじん、もやし
			ざぶ汁	油揚げ、鶏肉、木綿豆腐	板こんにゃく	だいこん、にんじん、干し椎茸、かぼちゃ、こまつな
26	木	牛乳	梨			梨
			ご飯		米、麦	
			あじのカレー揚げ	あじ	でん粉、油	しょうが
			もやしのごま和え		白ごま、三温糖、ごま油	もやし、にんじん、こまつな、しょうが、にんにく
27	金	牛乳	さつまいものみそ汁	油揚げ、みそ	さつまいも	えのきたけ、玉ねぎ、だいこん、にんじん、ねぎ
			わかめうどん	鶏肉、油揚げ、わかめ	うどん	にんじん、だいこん、干し椎茸、ねぎ
			ししゃものから揚げ	ししゃも	小麦粉、でん粉、油	
30	月	牛乳	焼肉サラダ	豚肉	ごま油、三温糖、白ごま、油	にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、もやし
			セサミトースト		食パン、バター、グラニュー糖、白すりごま	
			こまつなサラダ	ツナ	油、三温糖	こまつな、キャベツ、きゅうり
	ビーンズシチュー	豚肉、大豆、白いんげん豆	油、じゃがいも、バター、小麦粉	にんにく、セロリー、玉ねぎ、にんじん、トマト		

※都合により、献立や食材が変更になる場合があります。