月間予定献立表　- 9月 -

栄養士 柴村有紀

月		火		水		木		金	
日	献立名 （形態食に毎日、さといも・くず粉・寒天を使用）	使用する主な食材 だし、調味料は含まず	1	始業式	2	牛乳 ☆ カレーライス 野菜スープ ☆ にんじんドレッシングサラダ 高等部給食総選挙献立	牛乳、米、油、しょうが、豚肉 にんにく、カレー粉、バター にんじん、じゃがいも、玉ねぎ 薄力粉、ウスターソース トマトケチャップ、キャベツ もやし（冬瓜）、白菜 ツナ、りんご酢、コーン	3	牛乳 鶏そぼろごはん みそ汁 ごまおかか和え なすと厚揚げのさっぱり煮	牛乳、米、鶏肉、しょうが じゃがいも、玉ねぎ、みそ えのきたけ、こまつな キャベツ、大豆もやし（冬瓜） 鰹節（×）、ごま（練りごま） 生揚げ（豆腐）、ごぼう にんじん、なす、しいたけ ラー油（×）、小ねぎ（×）	4	牛乳 海鮮あんかけ焼きそば 中華風みそ汁 ☆ ぶどうゼリー ☆小2 リクエスト給食	牛乳、中華麺（一部冷や麦） 油、しょうが、にんにく、豚肉 にんじん、玉ねぎ、白菜 たけのこ、しいたけ、たまご いか（＋鶏肉）、えび（×） こまつな、もやし（冬瓜） ぶどうジュース、みそ
7	牛乳 ごはん のりのつくだ煮 みそ汁 鮭のホイル焼き おかか和え	牛乳、米、のり、かぶ、わかめ ねぎ（たまねぎ）、鮭、みそ キャベツ、玉ねぎ、にんじん ぶなしめじ、こまつな 鰹節（×）	8	牛乳 なすと豚肉の和風丼 野菜汁 ごま和え	9	牛乳 ごはん 野菜スープ ☆ ハンバーグ きのこソース キャベツと梨のサラダ ☆小3 リクエスト給食	牛乳、米、玉ねぎ、キャベツ もやし（冬瓜）、にんじん 豚肉、パン粉（×）、バター たまご（×）、マッシュルーム 薄力粉、ウスターソース トマトケチャップ、キャベツ 梨、レーズン、りんご酢、油 黄パプリカ	10	牛乳 ごはん みそ汁 ☆ 鶏のから揚げ 梅おかか和え 巨峰 ☆小3 リクエスト給食	牛乳、米、冬瓜、わかめ みそ、ねぎ（たまねぎ） にんにく、しょうが、鶏肉 薄力粉、油、キャベツ ほうれん草、にんじん 鰹節（×）、巨峰 でんぷん、梅干し	11	牛乳 ビビンバ風まぜごはん 豆腐の中華スープ バンサンスー フルーツゼリー	牛乳、米、油、にんにく しょうが、豚肉、にんじん たけのこ、もやし（冬瓜） こまつな、テンメンジャン ごま（×）、豆腐、わかめ 玉ねぎ、春雨（えのきたけ） きゅうり、ハム、みかん缶 黄桃缶、パイン缶
14	牛乳 ごはん みそ汁 肉豆腐 のり和え	牛乳、米、じゃがいも、みそ 玉ねぎ、わかめ、豚肉 にんじん、生揚げ（豆腐） たけのこ、しょうが こまつな、キャベツ、のり でんぷん	15	牛乳 大豆ときのこのまぜごはん いわし団子 和風トマトサラダ フルーツ和え 郷土料理献立：鳥取県	16	牛乳 ごはん みそ汁 お好み焼き風玉子焼き 肉じゃが煮	牛乳、米、キャベツ、みそ もやし（冬瓜）、こまつな たまご、生クリーム（×） キャベツ、桜えび（×） あおのり、中濃ソース 豚肉、じゃがいも、にんじん 玉ねぎ、鰹節（×）	17	牛乳 ☆ ミートソーススパゲッティ 野菜スープ ☆ ツナとトマトのサラダ ☆小1 リクエスト給食	牛乳、スパゲッティ、油 しょうが、にんにく、豚肉 にんじん、玉ねぎ、キャベツ ホールトマト缶、トマト トマトケチャップ、きゅうり ウスターソース、ツナ りんご酢、コーン もやし（冬瓜）	18	牛乳 わかめごはん みそ汁 揚げ出し豆腐の野菜あんかけ ☆ いもようかん ☆小1 リクエスト給食	牛乳、米、わかめ、こまつな もやし（冬瓜）、えのきたけ みそ、豆腐、薄力粉、油 しょうが、鶏肉、にんじん 玉ねぎ、白菜、たけのこ でんぷん、さつまいも
21	敬老の日	22	国民の休日	23	秋分の日	24	牛乳 ごはん なめこのすまし汁 さんまのポーポー焼き みそかんぷら フルーツ和え 郷土料理献立：福島県	牛乳、米、なめこ、豆腐 小ねぎ（たまねぎ）、しょうが さんま、豚肉、にんじん ねぎ（たまねぎ）、みそ パン粉（×）、じゃがいも みかん缶、梨、パイン缶	25	牛乳 魚介のケチャップライス 野菜スープ コーンサラダ 梨のミルクゼリー	牛乳、米、トマトケチャップ にんにく、鶏肉、えび（×） いか、玉ねぎ、もやし（冬瓜） ピーマン（パプリカ）、たまご 白菜、にんじん、きゅうり キャベツ、トマト、コーン 梨、パイン缶
28	牛乳 ガーリックライス ミネストローネスープ ☆ 切り干し大根のサラダ 梨のコンポートヨーグルトソース ☆調理員さんの思い出献立	牛乳、米、にんにく、鶏肉 ベーコン、じゃがいも 玉ねぎ、にんじん、りんご酢 ひよこ豆（×）、きゅうり ホールトマト缶、コーン 切り干し大根（冬瓜）、梨 マヨネーズ、レモン、ツナ マスタード、ヨーグルト	29	牛乳 中華丼 春雨スープ ツナの中華サラダ	牛乳、米、しょうが 豚肉、玉ねぎ、にんじん 白菜、たけのこ、でんぷん いか、えび（×）、しいたけ 春雨（えのきたけ）、ツナ キャベツ、きゅうり、トマト りんご酢、にんにく	30	牛乳 きんぴらサンド スープ煮 さつまいものオレンジ煮	牛乳、胚芽パン（食パン） 油、ベーコン（×）、にんじん ごぼう、ごま（練りごま）、鶏肉 マヨネーズ、玉ねぎ じゃがいも、キャベツ さつまいも、オレンジジュース レーズン	★普通食に使用する食材は形態食でも使用しますが、形態食にすることにより良い状態が保てないもの、味が著しく低下するもの等は代替食材を使用します。代替食材は、使用する食材に()で表示、追加で食材を使用する場合は（＋○）と表示します。また、普通食で使用するが形態食で使用しない食材は（×）と記載します。使用しない食材に変え、量の調整をします。		