



令和6年度 9月分 学校給食献立表

大口町立学校給食センター



日曜	献立名	おもに体をつくるもとになる(赤)		おもに体の調子を整えるもとになる(緑)		おもにエネルギーのもとになる(黄)		エネルギー kcal 上段：小 下段：中	食塩相当量 g 上段：小 下段：中
		1群(たんぱく質) 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群(無機質) 乳・乳製品 小魚・海藻	3群(ビタミン) 緑黄色野菜	4群(ビタミン) その他の野菜・果物	5群(炭水化物) 穀類・いも類 砂糖	6群(脂質) 油脂		
2月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		718 856	2.5 2.9
	ハンバーグのおろしソース	ぶた肉 とり肉			たまねぎ だいこん	さとう でんぷん	油		
	ゆかりあえ			しそ	キャベツ きゅうり				
	白みそ仕立てのみそ汁	油揚げ みそ かつおぶし	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ えのきたけ ねぎ	玉ふ			
	はちみつレモンゼリー				レモン	はちみつ さとう			
3火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		597 736	2.1 2.4
	いわしの梅煮	いわし		しそ	梅	さとう でんぷん			
	小松菜のごまあえ			ごまつな にんじん	もやし	さとう	ごま		
	かきたま汁	とり肉 たまご かまぼこ とうふ かつおぶし		にんじん ねぎ	ねぎ えのきたけ	でんぷん			
4水	ナン 牛乳		牛乳			ナン		703 838	3.2 3.7
	救急力レー			にんじん かぼちゃ トマト	たまねぎ セロリー しょうが にんにく	じゃがいも さとう でんぷん	油		
	ささみ大葉梅肉フライ	とり肉		青じそ	梅	パン粉 小麦粉 でんぷん さとう	油		
	マカロニサラダ	ツナ		にんじん	キャベツ きゅうり	マカロニ	マヨネーズ		
	ヨーグルト		ヨーグルト						
5木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		610 753	2.3 2.6
	肉じゃが	ぶた肉 ちくわ		にんじん いんげん	たまねぎ	じゃがいも こんにゃく さとう	油		
	あつ焼きたまご 即席漬け	たまご			きゅうり たくあん	さとう	ごま		
6金	麦ごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		665 820	2.3 2.7
	ハヤシライス	牛肉		にんじん	たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも	ハヤシルウ 油		
	れんこんチップ				れんこん	小麦粉	油		
	コーンサラダ				キャベツ きゅうり とうもろこし レモン	さとう	オリーブ油		
9月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		632 793	2.2 2.4
	かぼちゃと豚肉のごまがらめ	ぶた肉		かぼちゃ	しょうが	さとう	油 ごま		
	菊花あえ	かまぼこ		ほうれんそう にんじん	もやし	さとう			
	とうがん汁	とり肉 油揚げ かつおぶし		ねぎ	とうがん ねぎ 干しいたけ	マロニー でんぷん			
	ごまなし乾燥小魚		かたくちいわし			水あめ さとう			
10火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		687 839	2.1 2.4
	さばの西京みそかけ	さば みそ			しょうが	さとう でんぷん	油		
	ささみと小松菜のあえもの	とり肉		ごまつな にんじん	キャベツ	さとう	ごま		
	大根と豚肉のすまし汁	ぶた肉 とうふ かつおぶし		にんじん ねぎ	だいこん えのきたけ ねぎ				
11水	中華めん 牛乳		牛乳			中華めん		607 778	2.2 2.5
	愛知のしそ入り春巻き	とり肉		にんじん 青じそ	たまねぎ キャベツ ねぎ しょうが	小麦粉 米粉 はるさめ でんぷん さとう	油		
	きゅうりの中華あえ				きゅうり	さとう	ごま ごま油		
	みそラーメンスープ	焼きぶた みそ		にんじん ねぎ	はくさい たまねぎ もやし とうもろこし ねぎ にんにく				
	パインアップル				パインアップル				
12木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		632 804	2.1 2.4
	生揚げの肉みそかけ	生揚げ ぶた肉 みそ			しょうが	さとう でんぷん			
	野菜のおかかあえ	かつおぶし		にんじん	キャベツ きゅうり	さとう			
	むらくも汁	とり肉 たまご かつおぶし		ごまつな にんじん	たまねぎ えのきたけ	でんぷん			
	ココア牛乳のもと					ココア牛乳の素			
13金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		618 760	1.7 2.0
	ビビンバ	ぶた肉 牛肉 たまご		チンゲンサイ	たまねぎ だけのこ にんにく しょうが	さとう	ごま ごま油		
	ナムル			にんじん	もやし きゅうり 一味唐辛子	さとう	ごま油 ごま		
	中華スープ	とり肉 とうふ		ねぎ	はくさい 干しいたけ ねぎ	はるさめ			
	なし				なし				
17火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		675 814	2.0 2.2
	里芋コロッケ	とり肉				さといも さとう パン粉 小麦粉 でんぷん	油		
	塩昆布あえ		こんぶ	にんじん	キャベツ きゅうり				
	おとしぼち 月見ゼリー	とり肉 かつおぶし		にんじん ごまつな	だいこん 干しいたけ みかん レモン	餅 さとう			
18水	サンドイッチパンズパン 牛乳 タルトソース		牛乳			サンドイッチパンズパン	タルタルソース	609 753	2.1 2.6
	チキンタツタ揚げ	とり肉				小麦粉 でんぷん パン粉	油		
	ポイルキャベツ				キャベツ				
	ミネストローネ	ベーコン 大豆		にんじん トマト	はくさい たまねぎ マッシュルーム	さとう	油		
	ナタデココフルーツ				パイン みかん 黄桃	ナタデココ			
19木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		635 786	2.3 2.7
	いわしの生姜煮	いわし			しょうが	さとう			
	はくさいのごまあえ			にんじん	はくさい	さとう	ごま		
	豚汁	ぶた肉 油揚げ とうふ かつおぶし みそ	煮干し	ねぎ	だいこん ごぼう ねぎ	さといも			
20金	麦ごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		683 860	2.0 2.4
	マーボー豆腐	ぶた肉 とうふ みそ		にんじん ねぎ	たまねぎ ねぎ しょうが にんにく	さとう でんぷん	ごま油		
	ぎょうざ	とり肉 ぶた肉			キャベツ たまねぎ にら	小麦粉 でんぷん	油 ごま油		
	はるさめサラダ	ハム			キャベツ きゅうり とうもろこし	マロニー さとう	ごま油		
24火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		686 813	2.1 2.6
	やきとり丼の具	とり肉		ピーマン ねぎ	ねぎ	水あめ さとう	油		
	青じそあえ			青じそ	きゅうり たくあん				
	ふだま汁	かまぼこ かつおぶし		にんじん ねぎ	だいこん ねぎ えのきたけ	玉ふ			
25水	白玉うどん 牛乳		牛乳			白玉うどん		712 932	2.8 3.9
	あじのフリッター	あじ	沖あみ あおさ			小麦粉 米粉 でんぷん さとう	油		
	えだまめサラダ	ハム			えだまめ キャベツ とうもろこし	さとう	オリーブ油		
	カレーうどんの汁	ぶた肉 油揚げ かまぼこ かつおぶし		にんじん ねぎ	たまねぎ ねぎ	でんぷん	カレールウ 油		
26木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		650 804	2.3 2.7
	和風コロッケ			にんじん	れんこん	じゃがいも さとう パン粉 小麦粉 米粉	油		
	ブロッコリーのツナあえ	ツナ		ブロッコリー	キャベツ	さとう	ごま		
	呉汁	ぶた肉 とうふ 油揚げ 大豆 豆乳 みそ かつおぶし	煮干し	にんじん ねぎ	だいこん ごぼう ねぎ				
27金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		619 747	2.4 2.6
	さわらの照り焼き	さわら				さとう でんぷん 水あめ	油		
	五目きんぴら	ぶた肉		にんじん	ごぼう えだまめ	こんにゃく さとう	ごま油		
	わかめ汁	とうふ かまぼこ かつおぶし	わかめ	にんじん ねぎ	えのきたけ だいこん ねぎ				
30月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		622 770	2.0 2.4
	宗田かつおのおかか煮	かつお かつおぶし			しょうが	さとう でんぷん			
	干草あえ	油揚げ		ほうれんそう にんじん	キャベツ	さとう	ごま		
	けんちん汁	とり肉 とうふ かつおぶし		にんじん ねぎ	ごぼう だいこん ねぎ	さといも でんぷん	ごま油		

※献立の内容は変わることがあります。

※大口町では、給食費の半額を町費で負担しています。

※太字の食材は、大口町でとれたものです。