

2025年(令和7年)9月分 学校給食献立表(小学校)第1地区

※除去食対応する献立には◇マークを記しています。
※食物アレルギー対応として、ご希望される方には「学校給食食物資配表」を配布しております。必要な方は各学校までお申し出ください。

日・曜	1日・月	2日・火	3日・水	4日・木	5日・金	8日・月	9日・火	10日・水	11日・木	12日・金
献立名	ごはん ぎゅうにゅう もずくじる ツナおから	コッペパン ぎゅうにゅう チキンボンにゅうめん さばとわかめのあえもの	ごはん ぎゅうにゅう キャベツのみそじる ひじきとだいずのもの	コッペパン ぎゅうにゅう ちゅうかスープ チリコンカン ももヨーグルト	ごはん ぎゅうにゅう くかきたまじる さばのつけ こんぶとけずりふしのあかしそふりかけ	ごはん ぎゅうにゅう きのことチンゲンサイのスープ くきわかめのきんぴら	コッペパン ぎゅうにゅう きのことチンゲンサイのスープ あじのマリネ	ごはん ぎゅうにゅう ◇わかめとたまごのスープ わかめにく	コッペパン ぎゅうにゅう いんげんまめとコーンのポタージュ こまつなツナのサラダ	ごはん ぎゅうにゅう そうめんじゅる そばめちゃんのカレーに こんぶとけずりふしのふりかけ
材 料 名 お よ び 使 用 量 (g)	鶏肉 20:○ 酒 0.5:△ 豆腐 30:○ もずく 12:○ にんじん 10:△ かまぼこ 5:○ しめじ 6:△ うすくちしょうゆ 4: こいくちしょうゆ 2: 塩 0.1: 本みりん 0.5:△ けずり節 2: 水 100:	半田そうめん 15:□ 豚肉 15:○ 豆腐 0.5:△ にんじん 10:△ たまねぎ 20:△ キャベツ 20:△ もやし 2:△ ねぎ 2:△ 綿実油 0.5:△ うすくちしょうゆ 1: こいくちしょうゆ 0.1: 塩 0.5:△ 水 2:	キャベツ 25:△ にんじん 15:△ たまねぎ 15:△ うす揚げ 5:○ ねぎ 1.5:△ もやし 10:△ チンゲンサイ 11:○ うすくちしょうゆ 3: こいくちしょうゆ 110: 塩 0.1: ごしょう 0.01: 鶏肉 16:○ 酒 0.5:△ ひじき(乾燥) 1.5:○ 竹輪(煮込み用) 5:○ にんじん 10:△ 綿実油 0.5:△ 水 2:	鶏肉 10:○ 酒 0.5:△ にんじん 10:△ たまねぎ 20:△ 干しいたけ 0.3:△ もやし 10:△ チンゲンサイ 7:△ うすくちしょうゆ 4: こいくちしょうゆ 0.2: 塩 0.1: でんぶん 1: だし昆布 0.5:△ けずり節(R) 0.01: 水 0.3:△ さば 1枚: しょうが 0.5:△ 砂糖 3: こいくちしょうゆ 3: 本みりん 3: 酒 15: たまねぎ 20:△ にんじん 8:△ トマト(水煮) 10:△ にんにく 0.5:△ 綿実油 0.5:△ ケチャップ 4:△ ウスターソース 1: 砂糖 1: こいくちしょうゆ 1: 本みりん 0.1: だし汁 0.01: しそ粉末 0.02: ごま 0.3: 水 5:	卵◆ 30:○ 豆腐 25:○ にんじん 10:△ たまねぎ 20:△ みづば 1.5:△ うすくちしょうゆ 4: にんじん 10:△ しめじ 7:△ みづば 1: うすくちしょうゆ 1: こいくちしょうゆ 0.5:△ 本みりん 0.1: 塩 100: だし昆布 1枚: 水 2: さば 1枚: しょうが 0.5:△ 砂糖 3: こいくちしょうゆ 3: 本みりん 3: 酒 15: たまねぎ 20:△ にんじん 8:△ トマト(水煮) 10:△ にんにく 0.5:△ 綿実油 0.5:△ ケチャップ 4:△ ウスターソース 1: 砂糖 1: こいくちしょうゆ 1.5: 本みりん 0.5: だし汁 4: しそ粉末 0.5:△ ごま 1.5:△	鶏肉 15:○ 酒 0.5:△ 豆腐 35:○ わかめ(塩蔵) 2:○ かまぼこ 7:△ チンゲンサイ 10:△ たまねぎ 20:△ にんじん 10:△ もやし 10:△ うすくちしょうゆ 4: こいくちしょうゆ 5:△ 本みりん 0.2: 塩 0.1: けずり節 0.01: 水 2: さば 1枚: しょうが 0.5:△ 砂糖 3: こいくちしょうゆ 3: 本みりん 3: 酒 15: たまねぎ 20:△ にんじん 8:△ トマト(水煮) 10:△ にんにく 0.5:△ 綿実油 0.5:△ ケチャップ 4:△ ウスターソース 1: 砂糖 1: こいくちしょうゆ 1.5: 本みりん 0.5: だし汁 4: しそ粉末 0.5:△ ごま 1.5:△	鶏肉 10:○ 酒 0.5:△ しめじ 7:△ えのきたけ 2:○ チンゲンサイ 10:△ たまねぎ 20:△ にんじん 10:△ もやし 10:△ うすくちしょうゆ 4: こいくちしょうゆ 0.01: でんぶん 1: けずり節 0.1: 水 2: 牛肉 120: 酒 0.5:△ キャベツ 35:△ 綿実油 0.5:△ しょうが 1: にんじん 1: でんぶん 5:△ コーン油 5:△ たまねぎ 10:△ にんじん 10:△ うすくちしょうゆ 3: 本みりん 3: 砂糖 3: ケチャップ 1.2:△	わかめ(塩蔵) 3:○ 卵◆ 30:○ たまねぎ 30:△ にんじん 10:△ ねぎ 2:△ たまねぎ 2:△ うすくちしょうゆ 4: こいくちしょうゆ 0.2: 塩 0.1: こしょう 0.01: でんぶん 1: けずり節 0.1: 水 120: 牛肉 40:○ 酒 0.5:△ キャベツ 35:△ 綿実油 0.5:△ しょうが 1: にんじん 1: でんぶん 5:△ コーン油 5:△ たまねぎ 10:△ にんじん 10:△ うすくちしょうゆ 3: 本みりん 3: 砂糖 3: ケチャップ 1.2:△	鶏肉 10:○ 調理ワイン 0.5:△ にんじん 40:□ たまねぎ 10:△ にんじん 10:△ たまねぎ 40:△ ホイルコーン 0.5:△ いんげんまめ(乾燥) 8:○ パセリ 0.3:△ 米粉 3:○ チーズ 25:○ チキンブイヨン 5: 塩 0.7: こしょう 0.02: 水 50: ツナ(オイル漬け) 30:△ さつまいも 13:○ たまねぎ 1: にんじん 1: たまねぎ 2: 砂糖 0.5:△ 本みりん 1: こいくちしょうゆ 3: 塩 0.1: 昆布 0.5:△ けずり節(R) 2:○ 酒 0.5:△ 砂糖 1:□ こいくちしょうゆ 1.5: 本みりん 0.5: だし汁 4: ごま 1.5:□	ごはん うすめん うす揚げ にんじん たまねぎ 干しいたけ ねぎ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 塩 水 おから(乾燥) ツナ(オイル漬け) 竹輪(煮込み用) つきこんにやく にんじん 干しいたけ うす揚げ ねぎ 綿実油 砂糖 こいくちしょうゆ ごま油 酒 だし汁
	500kcal/20.0g	516kcal/19.6g	502kcal/19.1g	517kcal/20.2g	582kcal/23.9g	501kcal/19.2g	530kcal/23.3g	552kcal/20.2g	521kcal/20.6g	563kcal/19.1g
	エネルギー 蛋白質	500kcal/20.0g	516kcal/19.6g	502kcal/19.1g	517kcal/20.2g	582kcal/23.9g	501kcal/19.2g	530kcal/23.3g	552kcal/20.2g	563kcal/19.1g

日・曜	16日・火	17日・水	18日・木	19日・金	22日・月	24日・水	25日・木	26日・金	29日・月	30日・火
献立名	コッペパン ぎゅうにゅう とうがんスープ やきそば	ごはん ぎゅうにゅう チキンカレー わかめあえ	コッペパン ぎゅうにゅう ふのみのスープ ジャーマンサラダ	ごはん ぎゅうにゅう ふのみのスープ きんぴらだいず いりこのつくだに	ごはん ぎゅうにゅう ママーボーどうふ わふうサラダ	ごはん ぎゅうにゅう わかめスープ ホイコーロー	ごはん ぎゅうにゅう はるさめとレタスのスープ キャベツとツナのあえもの	むらさきいもあげパン ぎゅうにゅう はるさめとレタスのスープ キャベツとツナのあえもの	さつまいもとくろえだまめのごはん ぎゅうにゅう ◇このはとじ クワイリチー	ごはん ぎゅうにゅう ◇このはとじ あらめのしらすあえ
材 料 名 お よ び 使 用 量 (g)	鶏肉 10:○ 酒 0.5:△ とうがん 30:△ 豆腐 20:△ にんじん 10:△ たまねぎ 20:△ 干しいたけ 0.3:△ ねぎ 1.5:△ うすくちしょうゆ 4: こいくちしょうゆ 0.2: 塩 0.1: こしょう 0.01: けずり節 2: 水 100:	鶏肉 33:○ 調理ワイン 1: にんじん 20:△ たまねぎ 45:△ じゃがいも 50:△ しょうが 0.5:△ にんにく 0.2:△ 綿実油 0.8:△ カレー粉 0.5:△ 小麦粉 7: バター 2: 綿実油 5: チキンブイヨン 4.5: ウスターソース 1.5:△ ケチャップ 0.4: こいくちしょうゆ 0.2: 砂糖 0.1: 水 90:	鶏肉 14:○ 酒 0.5:△ にんじん 20:△ たまねぎ 20:△ キャベツ 25:△ ホールコーン 15:△ ほうれんそう 4:△ うすくちしょうゆ 0.2: こいくちしょうゆ 0.1: 塩 0.1: こしょう 0.01: けずり節 2: 水 110:	ふ 2:□ にんじん 10:△ たまねぎ 10:△ うす揚げ 4:○ だいこん 20:△ わかめ(塩蔵) 1.5:△ みそ 11:○ かえりちりめん 3:○ 水 120:	豚肉ミンチ 25:○ 酒 0.5:△ 豆腐 120:○ にんじん 10:△ たまねぎ 40:△ 干しいたけ 0.3:△ しょうが 2:△ 綿実油 0.5:△ こいくちしょうゆ 2: 砂糖 1: みそ 11:○ 本みりん 1: トウバンジャン 0.2: 塩 0.1: こしょう 0.01: ごま油 1: でんぶん 2: 水 10:	鶏肉 20:○ 酒 0.5:△ わかめ(塩蔵) 3.5:○ にんじん 10:△ たまねぎ 20:△ えのきたけ 8:△ うすくちしょうゆ 2:△ 塩 0.1: こしょう 0.01: 水 120:	鶏肉 1個:□ コーン油 10: むらさきいも粉末 5: 砂糖 3: 塩 0.05: はるさめ 7:○ 豚肉 20: 酒 0.5:△ にんじん 10:△ たまねぎ 10:△ 干しいたけ 0.3:△ レタス 10:△ うすくちしょうゆ 4: こいくちしょうゆ 0.2: 塩 0.1: たまねぎ 10:△ かまぼこ 6:○ ねぎ 2: うすくちしょうゆ 4: こいくちしょうゆ 0.2: 塩 0.1: でんぶん 0.5: かまぼこ 2: けずり節 2: 水 110:	精白米 65:□ 黒えだまめ(むきみ) 10: さつまいも 15:△ 塩 0.7: うすくちしょうゆ 2: 水 85: ゆば 2: 豆腐 40: にんじん 10:△ たまねぎ 20:△ かまぼこ 6:○ うすくちしょうゆ 4: こいくちしょうゆ 0.2: 塩 0.1: でんぶん 0.5: かまぼこ 2: けずり節 2: 水 120:	卵◆ 50:○ うす揚げ 5:○ かまぼこ 7:○ にんじん 15:△ たまねぎ 45:△ ねぎ 2:△ うすくちしょうゆ 4: こいくちしょうゆ 2:△ 砂糖 0.1: 本みりん 1: でんぶん 0.5:△ けずり節 2: 水 50: あらめ 0.7:○ しらすばし 3:○ 酒 0.5:△ 綿実油 0.5:△ キャベツ 30:△ にんじん 7:△ 塩 0.1: 酢 2: 砂糖 0.5:△ うすくちしょうゆ 1: ごま油 0.5:△	ワンタンの皮 7:□ 鶏肉 10:○ 酒 0.5:△ にんじん 10:△ たまねぎ 20:△ 干しいたけ 0.3:△ ねぎ 2:△ うすくちしょうゆ 4: こいくちしょうゆ 0.2: 塩 0.1: けずり節 2: 水 120: 豚肉 15:○ 調理ワイン 0.5:△ 大豆(乾燥) 10:○ にんじん 10:△ たまねぎ 15:△ 綿実油 0.5:△ ケチャップ 4:△ トマトピューレ 4:△ ウスターソース 1:□ 砂糖 1:□ こいくちしょうゆ 0.1: こしょう 0.01: 水 5: パインアップル(冷凍) 1個:△
	502kcal/19.7g	608kcal/19.0g	514kcal/19.3g	526kcal/18.8g	594kcal/23.0g	500kcal/19.6g	599kcal/19.2g	502kcal/19.1g	526kcal/19.0g	534kcal/22.2g
	エネルギー 蛋白質	502kcal/19.7g	608kcal/19.0g	514kcal/19.3g	526kcal/18.8g	594kcal/23.0g	500kcal/19.6g	599kcal/19.2g	502kcal/19.1g	534kcal/22.2g

○…あかいろのしよくひん(おもにからだをつくるものになるしよくひん) □…きいろのしよくひん(おもにエネルギーのもとになるしよくひん) △…みどりいろのしよくひん(おもにからだのちようしをとるものになるしよくひん) ※上記材料は、天候等により急ぎ変更場合があります。 平均栄養摂取量 エネルギー 534kcal たんぱく しつ 20.2g