



# 9月 小学校給食献立予定表



	月	火	水	木	金
	<p>たのしかった夏休みが終わり、2学期が始まりました。夏の疲れを取り、体力を回復するために、朝ご飯をしっかり食べて、早寝、早起きを心がけましょう！</p>	<p><b>◆お知らせ◆</b> 5日・7日・8日・9日・12日・20日・28日のおかずの原料には、「乳・卵・小麦・えび・かに」を含んでいません。ただし、調味料に含まれる場合があります。詳しくは学校栄養士にお問い合わせください。 *なお、一宮市の給食では、「そば・落花生」は、使用していません。</p>	<p><b>応募献立</b> 30日の「さけのサクサクいそべあげ」は、木曽川中学校の生徒の応募献立です。さけは、ビタミンや脳の働きを助ける栄養も入っている魚なので、とても体によいと思います。 かみが考えてくれました。</p>	<p><b>9月15日(木)は十五夜</b> この日は中秋の名月を鑑賞します。「さといも」をお供えることから、「いも名月」とも呼ばれています。給食でも「さといもコロッケ」やいも型の「おつきみだんご」がです。お楽しみに！</p>	<p>2日 フローズンフルーツカクテル なつやさいヤシライス ぎゅうにゅう・ぶたにく たまねぎ・なす・えだまめ トマト・パイン・もも・りんご ごはん・じゃがいも・あぶら カクテルゼリー・さとう</p>
赤	5日 ツナそばろ ごはん みそしる	6日 ひやしちゅうかののタレ ひやしちゅうかのぐ(ハム・たまご・やさい) ひやしちゅうか	7日 さばのカーレーあげ ごはん けんちんじる	8日 きりほしだいこんのごますあえ (むぎごはん) ぶたどん	9日 おひたし なまあげのにくみそかけ 1~3ねん1こ 4~6ねん2こ ごはん とうがんじる
赤	ぎゅうにゅう・ツナ・とうふ あぶらあげ・みそ	ぎゅうにゅう・ハム・たまご わかめ・にくだんご	ぎゅうにゅう・とり・にく・なまあげ さば	ぎゅうにゅう・ぶたにく かまぼこ・ツナ	ぎゅうにゅう・ぶたにく・なまあげ みそ・とり・にく
緑	たまねぎ・ねぎ・えのきたけ こまつな・だいこん うめぼし・みかん	もやし・きゅうり・はくさい にんじん・たまねぎ たけのこ	だいこん・にんじん・ねぎ にんにく・キャベツ・きゅうり こんにやく・たくあん	しょうが・ごぼう・にんじん たまねぎ・ねぎ・エリンギ きりほしだいこん・チンゲンサイ	こまつな・もやし・ほししいたけ とうがん・にんじん・ねぎ
黄	ごはん・じゃがいも・さとう	ちゅうかめん・さとう・でんぶん あぶら	ごはん・さといも・あぶら でんぶん	むぎごはん・あぶら・さとう ごまあぶら	ごはん・さとう・でんぶん
	12日 やきにくポテトぞえ ごはん わかめスープ	13日 ヨーグルト ・ウイナー(2ほん) ・ポイルキャベツ ケチャップ ホットドッグ ジュリエンス スープ	14日 ゆかりあえ シシャモフライのごま ソース(2び) ごはん じゃがいものそばろに	15日 そえやさい ソース さといも コロッケ おつきみ だんご ごはん じゅうごやじる	16日 ほねぶとあえ おろしハンバーグ ごはん かきたまじる
赤	ぎゅうにゅう・わかめ・ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう・ウイナー ハム・ヨーグルト	ぎゅうにゅう・ぶたにく ちくわ・シシャモフライ	ぎゅうにゅう・かまぼこ・とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゅう・たまご・かまぼこ ちりめんじゃこ・ハンバーグ
緑	たけのこ・にんじん・しょうが たまねぎ・りんご・レモン	キャベツ・にんじん・たまねぎ だいこん	にんじん・たまねぎ・たけのこ えだまめ・しょうが・はくさい きゅうり・あかじそ	はくさい・ほししいたけ・ねぎ キャベツ・にんじん	えのきたけ・ねぎ・こまつな もやし・だいこん
黄	ごはん・じゃがいも・あぶら	パン・じゃがいも	ごはん・じゃがいも・さとう あぶら・ごま・でんぶん	ごはん・さといもコロッケ あぶら・おつきみだんご	ごはん・でんぶん・さとう あぶら
	19日 <b>敬老の日</b> 「野菜料理コンテストいちのみや〜切干大根を食べよう〜」レシビ大募集!! 募集期間 平成28年9月1日(木) ~9月30日(金)必着 詳しくは市ウェブサイトまたは、健康ひろば(9月1日発行号)にて確認できます。 【お問い合わせ】 一宮市健康づくり課(中保健センター)	20日 こがねあえ とり・にくのレモンに ごはん いものこじる ぎゅうにゅう・とうふ・とり・にく	21日 パンサンスー むぎごはん ヘルシー マーボーどうふ ぎゅうにゅう・ぶたにく・だいず とうふ・みそ・ハム	22日 <b>秋分の日</b> ◆給食レシビ公開中◆ 一宮市では、学校給食課のホームページに「好評献立」を掲載しています。 QRコードを読み取り 	23日 ちくわのおこのみあげ こんぶづけ 1~2ねん 2ほん 4~6ねん 3ほん ごはん さわにわん ぎゅうにゅう・ぶたにく・ちくわ ほしえび・あおりの・こんぶ にんじん・ごぼう・たけのこ ねぎ・ほししいたけ・しょうが だいこん・もやし・きゅうり ごはん・こむぎこ・あぶら
赤	あげぎょうざ 2こ ごはん ちゅうかはん	27日 フルーツクリーム ヨーグルト ナン なすいりナンカレー	28日 きんぴらごぼう さんまのぎんがみやき ごはん ゆばのすまじる	29日 ほなやさいの おかがあえ にくのだソフトめん ぎゅうにゅう・とり・にく・にくのだ かまぼこ・かつおずりぶし	30日 あおなあえ さけのサクサク いそべあげ ごはん あわせみそしる ぎゅうにゅう・とうふ・みそ さけ・あおりの にんじん・ほししいたけ・ねぎ えのきたけ・だいこん・ねぎ にんじん・もやし・きゅうり ひろしまな・きょうな・だいこんば ごはん・こむぎこ・あぶら ごま
赤	ぎゅうにゅう・ぶたにく・いか うずらたまご・ぎょうざ	ぎゅうにゅう・ぶたにく・だいず ヨーグルト・なまクリーム	ぎゅうにゅう・とうふ・かまぼこ さんまのぎんがみやき・ゆば	ぎゅうにゅう・とり・にく・にくのだ かまぼこ・かつおずりぶし	ぎゅうにゅう・とうふ・みそ さけ・あおりの
緑	にんじん・たまねぎ・キャベツ はくさい・チンゲンサイ・もやし きゅうり	にんじん・たまねぎ・なす とうもろこし・えだまめ・もも ナタデココ・パイン・みかん	にんじん・ごぼう・さやいんげん こんにやく・えのきたけ みつば	にんじん・ほししいたけ・ねぎ ブロッコリー・カリフラワー キャベツ	えのきたけ・だいこん・ねぎ にんじん・もやし・きゅうり ひろしまな・きょうな・だいこんば
黄	ごはん・さとう・でんぶん あぶら・ごまあぶら	ナン・あぶら・さとう	ごはん・さとう・あぶら	ソフトめん・さとう	ごはん・こむぎこ・あぶら ごま

\* 赤：からだのち・にく・ほねになる

緑：からだのちようしをよくする

黄：からだのねつやちからのもとなる