

月			火			水			木			金																	
日	献立名	材料名	日	献立名	材料名	日	献立名	材料名	日	献立名	材料名	日	献立名	材料名															
2	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)	3	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)	4	しょくパン	道産小麦 スキムミルク	5	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)	6	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)															
	どさんこじり	ぶたにく じゃがいも にんじん たまねぎ なかねぎ とうもろこし にんにく しょうが てづくりみそ ごまあぶら さんおんとう パター かつおだし こんぶだし		ぶたにく しょうが たまねぎ にんじん しいたけ つきこんにやく えだまめ こめあぶら しょうゆ ほんみりん さんおんとう	ポトフ		とりにく じゃがいも にんじん だいこん キャベツ たまねぎ セロリ コンソメ こめあぶら パセリ	いもだんごじり		じゃがいも とりにく にんじん ごぼう なかねぎ あぶらあげ かつおだし こんぶだし しょうゆ ほんみりん こめあぶら	シラスいりちゅうかコーンスープ		とうもろこし フリルレタス たまご ちゅうかだし でんぶ																
	いわしのかばやき	いわし しょうゆ さとう		やさいもっチーズフライ	じゃがいも おから ねぎ ごぼう にんじん チーズ パンこ こめあぶら		ソースとんかつ	ぶたにく パンこ ケチャップ ソース さんおんとう こめあぶら		チキンみそカツ	とりにく みそ パンこ こめあぶら		ぎょうざ(2こ)	とりにく ぶたにく にら たまねぎ キャベツ こむぎこ															
エネルギー 649 782	だいずいそに	だいず ひじき ぶたにく にんじん ごぼう つきこんにやく あぶらあげ しいたけ しょうゆ さんおんとう ほんみりん かつおだし こめあぶら	エネルギー 625 755	たたききゅうり	きゅうり にんじん ごまあぶら さんおんとう しょうゆ 酢(す)	エネルギー 655 783	マカロニサラダ	マカロニ オリーブオイル きゅうり にんじん とうもろこし マヨネーズ さんおんとう	エネルギー 672 828	こうやどうふのそぼろに	とりにく ぶたにく こうやどうふ えだまめ にんじん たまねぎ しいたけ しょうゆ ほんみりん さんおんとう かつおだし こめあぶら	エネルギー 620 751	パンパンジーサラダ	とりにく もやし きゅうり にんじん しょうゆ 酢(す) さんおんとう ごまあぶら こま															
9	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)	10	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)	11	パックうどん	道産小麦	12	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)	13	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)															
	いものみそしる	あぶらあげ じゃがいも にんじん なかねぎ わかめ てづくりみそ にぼしだし かつおのもと		はるさめスープ	ベーコン しいたけ なかねぎ こまつな にんじん はるさめ ちゅうかだし しょうゆ		カレーうどん	ぶたにく にんじん たまねぎ なかねぎ あぶらあげ しいたけ なたこ こめあぶら カレールウ しょうゆ ほんみりん さんおんとう こんぶだし かつおのもと		ミートボールスープ	とりにく キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし コンソメ しょうゆ パセリ		さわにわん	ぶたにく だいこん ごぼう にんじん なかねぎ しめじ たまご しいたけ こめあぶら しょうゆ ほんみりん かつおだし こんぶだし															
	とりのごまてりやき	とりにく しょうゆ ごま さとう		しろみざかなフライ	ホキ パンこ こめあぶら		とりてんぷら	とりにく あげたま(こむぎこ) こめあぶら		チキンのオープンやき	とりにく チーズ パンこ		にくじゃがコロッケ	きゅうり じゃがいも たまねぎ パンこ こめあぶら															
エネルギー 605 730	ごもくきんぴら	ごぼう にんじん つきこんにやく ぶたにく さつまあげ しょうゆ さんおんとう こめあぶら かつおだし こま	エネルギー 617 744	やさいのオイスターソースいため	ぶたにく キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン しょうが ごまあぶら さんおんとう しょうゆ オイスターソース でんぶ	エネルギー 637 718	フルーツゼリー	もも りんご みかん マスカットゼリー	エネルギー 624 755	ジャーマンポテト	ウインナー じゃがいも たまねぎ コンソメ パセリ こめあぶら	エネルギー 599 713	キャベツと きゅうりのつけもの	キャベツ きゅうり しょうゆ ほんみりん かつおだし しょうが															
<p>9月17日は十五夜です。1年で最も月がきれいな夜のことです。旧暦の8月15日(今の9月中旬)が満月にあたることから「十五夜」と呼ばれていました。大きな満月は「中秋の名月」と呼ばれ、お団子やすずきなどお供え物をして月を眺める、日本の伝統行事です。</p> <p>※9/17 おつきみだんごがおすすめです。よくかんで食べてね。</p>			17	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)	18	コッパン	道産小麦 スキムミルク	19	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)	20	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)															
				なめこのみそしる	なめこ にんじん なかねぎ あぶらあげ とうふ わかめ てづくりみそ にぼしだし かつおのもと		クリームシチュー	とりにく じゃがいも にんじん たまねぎ クリームシチューのもと パター スキムミルク チーズ		みそワントンスープ	ぶたにく ワントン たけのこ たまねぎ にんじん なかねぎ ラーメンスープ		すいとんじり	すいとん あぶらあげ とりにく つきこんにやく にんじん ごぼう だいこん はくさい なかねぎ しょうゆ かつおだし こめあぶら															
				やきつくね	とりにく たまねぎ にんじん れんこん ねぎ さとう しょうゆ パンこ		フランクフルトのケチャップかけ	フランクフルト ケチャップ さんおんとう		たまねぎコロッケ	たまねぎ にんじん かつお パンこ こめあぶら		さばみそに	さば みそ さとう															
			エネルギー 620 743	きりぼしだいこん	だいこん ひじき にんじん つきこんにやく あぶらあげ しいたけ しょうゆ さんおんとう ほんみりん かつおだし こめあぶら	エネルギー 680 946	だいこんサラダ	だいこん きゅうり にんじん まぐろ ドレッシング	エネルギー 629 756	キャベツと はるさめのピリからいため	ぶたにく はるさめ キャベツ にんじん さんおんとう しょうゆ トウバンジャン オイスターソース こめあぶら	エネルギー 651 778	きゅうりのごまあぶらあえ	きゅうり ごまあぶら そばつゆ															
<table border="1"> <tr> <th>平均栄養価</th> <th>小学校</th> <th>中学校</th> </tr> <tr> <td>エネルギー(kcal)</td> <td>649</td> <td>784</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質(g)</td> <td>25.4</td> <td>29.3</td> </tr> <tr> <td>しぼう(g)</td> <td>21.6</td> <td>23.3</td> </tr> <tr> <td>えんぶん(g)</td> <td>2.6</td> <td>3.1</td> </tr> </table>			平均栄養価	小学校	中学校	エネルギー(kcal)	649	784	たんぱく質(g)	25.4	29.3	しぼう(g)	21.6	23.3	えんぶん(g)	2.6	3.1	24	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)	25	パックラーメン	道産小麦 かんすい	26	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)	27	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)
平均栄養価	小学校	中学校																											
エネルギー(kcal)	649	784																											
たんぱく質(g)	25.4	29.3																											
しぼう(g)	21.6	23.3																											
えんぶん(g)	2.6	3.1																											
			キャベツのみそしる	キャベツ にんじん あぶらあげ なかねぎ てづくりみそ にぼしだし かつおのもと	しおラーメン	なかねぎ こまつな たまねぎ にんじん はくさい ぶたにく メンマ なたこ しょうが にんにく ラーメンスープ ちゅうかだし かつおだし	かきたまじる	とりにく たまご にんじん こまつな なかねぎ ほんみりん しょうゆ かつおだし でんぶ	ハヤシライス	ぶたにく たけのこ しめじ たまねぎ にんじん にんにく しょうが パター ケチャップ ハヤシルウ なまクリーム トマトジュース																			
			いわしのみぞれに	いわし だいこん さとう	はるまき	キャベツ たまねぎ こむぎこ にんじん こめあぶら	ほっけフライ	ほっけ パンこ こめあぶら	オムレツ	たまご さとう																			
			エネルギー 618 744	とりすきどうふ	とりにく さんおんとう しょうゆ とうふ たまねぎ はくさい こんにやく しいたけ ほんみりん かつおだし こめあぶら さとう	エネルギー 595 691	ごぼうサラダ	ごぼう きゅうり にんじん マヨネーズ こま	エネルギー 619 745	だいこんのそぼろに	ぶたにく だいこん たまねぎ しめじ にんじん えだまめ しょうゆ さんおんとう ほんみりん かつおだし こんぶだし こめあぶら でんぶ	エネルギー 624 769	ブロッコリーのサラダ	ブロッコリー とうもろこし さんおんとう しょうゆ 酢(す) こめあぶら															
30	ごはん	精白米(深川産ななつぼし)	<p>*牛乳は毎日付きます。</p> <p>*スプーンは、 マークのある日のみ付いています。</p> <p>*はしは忘れないで、毎日持ってきましょう。</p> <p>*都合により献立の一部が変更になる場合がありますので、ご了承ください。</p> <p>◎給食費は食材料のみにまかされています。忘れずに納入しましょう。</p>			<p>◎今月(こんげつ)の地場産物(じばさんぶつ)</p> <p>◆深川産(ふかがわさん)ななつぼし</p> <p>◆トマトケチャップ ◆トマトジュース</p> <p>◆フリルレタス</p> <p>◆きゅうり</p> <p>◆てづくりみそ</p> <p>◆だいず</p>			<p>9月16日は敬老の日です。敬老の日とは、お年寄りに対して、「長い間社会貢献してきたことや長寿に敬意を評し、お祝いする」という意味が込められた祝日です。みなさんが大きく育つことをいつも見守ってくれているおじいちゃんおばあちゃんに、直接お話ししたり、電話をかけてお話ししたり、お手紙を書いたりして、「あがりとう」という言葉を伝えましょう。</p>			<p>けいろう ひ 敬老の日</p> <p>③ 90%</p> <p>すいかは、全体の約90%、ほとんどが水分です。暑い夏の日に、熱くなって汗をかいた体を冷やし、水分補給にも最適です。</p>																	
	ちよいからみそしる	はくさい なかねぎ にんじん にら ぶたにく てづくりみそ ごまあぶら かつおだし しょうゆ さんおんとう コチジャン																											
	にしんのおろしに	にしん だいこん さとう																											
エネルギー 604 736	ぶたにくとたまねぎのいためもの	ぶたにく にんじん たまねぎ ピーマン しょうが にんにく しょうゆ ほんみりん こめあぶら さんおんとう でんぶ																											