

| 令和6年度            |                 | 9月分 小学校給食予定献立表(箕田小学校) |                        |   |   | 鴻巣市教育委員会 |          | 日曜                 | 献立名              | 食品の種類          |                             |                                 |                     | エネルギー              |                   |
|------------------|-----------------|-----------------------|------------------------|---|---|----------|----------|--------------------|------------------|----------------|-----------------------------|---------------------------------|---------------------|--------------------|-------------------|
| 日曜               | 献立名             | 食品の種類                 |                        |   |   | エネルギー    | たんばく質    |                    |                  | エネルギーのもとになる(黄) | 体をつくるもとになる(赤)               | 体の調子を整えるもとになる(緑)                | 調味料                 |                    | たんばく質             |
| 3<br>火           | 牛乳              |                       | 牛乳                     |   |   |          | 588      | 18<br>水            | 牛乳               |                | 牛乳                          |                                 |                     | 590                |                   |
|                  | ナシゴレン           | 米 油 ごま油               | 豚肉 えび                  | 玉ねぎ にんにく ピーマン コーン いら にんにく しょうが          | オイスターソース しょうゆ ケチャップ 豆板醤 塩 こしょう          |          | 26.5     |                    | コーンピラフ           | 米 バター 油        | ウィンナー                       | にんにく 玉ねぎ コーン ピーマン しめじ           | 塩 こしょう スープストック 白ワイン |                    | 26.5              |
|                  | フランクフルト         |                       | フランクフルト                |   |   | 25.3     | ガーリックチキン |                    |                  | 鶏肉             | にんにく                        | 塩 黒こしょう 酒                       | 18%                 |                    |                   |
|                  | フォーのスープ         | 米粉めん ごま油              | 鶏肉                     | にんにく 玉ねぎ キャベツ チンゲンサイ                    | 中華だし しょうゆ 塩 こしょう 酒                      |          | 17%      |                    | ミネストローネ          | じゃがいも 油        | ベーコン レンズ豆                   | にんにく 玉ねぎ セロリ にんにく トマト パセリ       |                     |                    | ケチャップ コンソメ 塩 こしょう |
| 4<br>水           | 牛乳              |                       | 牛乳                     |   |   | 600      | 19<br>木  | 牛乳                 |                  | 牛乳             |                             |                                 | 695                 |                    |                   |
|                  | ごはん             | 米                     |                        |   |   |          |          | 24.3               | ごはん              | 米              |                             |                                 |                     | 酒 しょうゆ             |                   |
|                  | ホキの南蛮漬          | 油 砂糖 ごま ごま油           | ホキでんぶん付き               | しょうが にんにく にんにく ねぎ                       | しょうゆ 唐辛子 酢                              | 27.0     |          | さんまのかば焼き           | 油 砂糖             | さんまでんぶん付き      |                             | ごまつな もやし                        |                     | 14%                |                   |
|                  | もやしとほうれんそうのおひたし |                       |                        | ほうれんそう もやし えのきたけ                        |   | 18%      |          | ごまつなともやしのおひたし      |                  |                |                             | ドレッシング                          |                     |                    |                   |
| 鯖物汁              | 油 ごま油           | 豚肉 豆腐 煮干し粉 みそ         | ごぼう にんにく だいこん ねぎ       | かつおさばだし                                 |   |          | なめこのみそ汁  | じゃがいも              | 豆腐 みそ            | なめこ ねぎ         | かつおさばだし                     |                                 |                     |                    |                   |
| 5<br>木           | 牛乳              |                       | 牛乳                     |   |   | 586      | 20<br>金  | 牛乳                 |                  | 牛乳             |                             |                                 | 670                 |                    |                   |
|                  | クロックムッシュ        | 食パン 小麦粉 バター           | 牛乳 ハム チーズ              | 玉ねぎ                                     | 塩 こしょう                                  |          |          | 24.5               | 食パン              | 食パン            |                             |                                 |                     | 27.5               |                   |
|                  | ラタトゥイユ          | じゃがいも オリーブオイル         | 鶏肉                     | にんにく 玉ねぎ なす トマト ブロッコリー ピーマン 黄パプリカ にんにく  | コンソメ 塩 こしょう                             |          |          | 17%                | ジャム              | クリームゴールド       |                             |                                 |                     |                    |                   |
|                  | デザート            | ソーダフロートゼリー            |                        |   |   |          |          |                    | ムサカ              | 油 ベシヤメルソース     | 豚肉 大豆粉 牛乳 チーズ               | なす 玉ねぎ にんにく にんにく 中濃ソース こしょう     |                     | スープストック ケチャップ 赤ワイン |                   |
| 6<br>金           | 牛乳              |                       | 牛乳                     |   |   | 592      | 24<br>火  | 牛乳                 |                  | 牛乳             |                             |                                 | 645                 |                    |                   |
|                  | ブルコギトッパ         | 米                     |                        | 玉ねぎ にんにく ピーマン 赤パプリカ 干しいたけ すりおろしりんご にんにく | しょうゆ 酒 コチュジャン                           | 26.9     |          | ごはん                | 米                |                |                             | さばカレーしょうゆ漬                      |                     | 27.5               |                   |
|                  | チンゲン菜とあさりのスープ   | 砂糖 ごま油 ごま でんぶん        | 豚肉                     |   |   | 18%      |          | さばカレーしょうゆ焼き        |                  | 大豆 昆布          | にんにく                        | しょうゆ みりん                        |                     |                    |                   |
| 9<br>月           | フルーツポンチ         | ぶどうゼリー                |                        | パイナップル みかん 黄桃 こんにゃくダイスレモン               |   | 14%      | 昆布豆      | 砂糖                 |                  |                | こんにゃく ごぼう だいこん にんにく ねぎ しいたけ | しょうゆ かつおさばだし                    | 17%                 |                    |                   |
| 10<br>火          | 牛乳              |                       | 牛乳                     |   |   | 628      | 25<br>水  | 牛乳                 |                  | 牛乳             |                             |                                 | 628                 |                    |                   |
|                  | トマトカレーライス       | 米                     |                        | 玉ねぎ にんにく しょうが にんにく トマト すりおろしりんご         | カレー粉 ウスターソース 塩 こしょう スープストック ガラムマサラ 白ワイン | 21.5     |          | 黒パン                | 黒パン              |                |                             |                                 |                     | 23.5               |                   |
|                  | フルーツポンチ         | ぶどうゼリー                |                        |   |   | 14%      |          | マカロニのヒリヒリ和え        | マカロニ ホワイトルウ 砂糖 油 | 鶏肉 あさり 牛乳 チーズ  | 玉ねぎ にんにく しめじ にんにく しょうが ねぎ   | ケチャップ 豆板醤 チリパウダー スープストック 塩 こしょう |                     |                    |                   |
|                  | 塩わかめうどん         | 地粉うどん                 |                        |   |   |          |          |                    | コーンサラダ           |                |                             | キャベツ きゅうり コーン                   |                     | ドレッシング             |                   |
| 11<br>水          | 牛乳              |                       | 牛乳                     |   |   | 607      | 26<br>木  | 牛乳                 |                  | 牛乳             |                             |                                 | 592                 |                    |                   |
|                  | 塩わかめうどん         | ごま油 ごま                | 鶏肉 かまぼこ わかめ            | にんにく キャベツ 干しいたけ ねぎ                      | かつおだし うすくちしょうゆ みりん 塩 こしょう               | 21.3     |          | わかめ菜めし             | 米 大麦 ごま          | わかめふりかけ        | ごまつな                        | 酒                               |                     |                    |                   |
|                  | 野菜炒め            | 油                     | 高野豆腐                   | もやし 玉ねぎ にんにく いら                         | スープストック 塩 こしょう                          | 14%      |          | ししゃもの竜田揚げ(低1こ・高2こ) | 油                | ししゃもの竜田揚げ      |                             |                                 |                     | 22.1               |                   |
|                  | 和梨のマフィン         | 小麦粉 砂糖 バター            | 牛乳                     | 和梨                                      | ベーキングパウダー                               |          |          | かき玉汁               | でんぶん             | 豆腐 卵           | にんにく 玉ねぎ 干しいたけ              | しょうゆ 塩 かつおさばだし                  |                     |                    |                   |
| 12<br>木          | 牛乳              |                       | 牛乳                     |   |   | 612      | 27<br>金  | 牛乳                 |                  | 牛乳             |                             |                                 | 650                 |                    |                   |
|                  | キムタクごはん         | 米 ごま油 ごま              | 豚肉                     | たくあん はくさいキムチ                            | 塩 酒 しょうゆ                                |          |          | タンメン               | ホット中華めん          |                |                             |                                 |                     | 20.5               |                   |
|                  | 焼きぎょうざ(低1こ・高2こ) |                       | 焼きぎょうざ                 |   |   | 25.8     |          | キャラメルポテト           | さつまいも 油 バター 砂糖   | 生クリーム          | 塩                           |                                 |                     |                    |                   |
|                  | レンファオタン         | でんぶん                  | 鶏肉 卵                   | にんにく ねぎ クリームコーン ほうれんそう                  | 中華だし 塩 酒                                |          |          |                    |                  |                |                             |                                 |                     | 13%                |                   |
| 冷凍みかん            |                 |                       | みかん                    |   |   |          |          |                    |                  |                |                             |                                 |                     |                    |                   |
| 13<br>金          | 牛乳              |                       | 牛乳                     |   |   | 617      | 30<br>月  | 牛乳                 |                  | 牛乳             |                             |                                 | 624                 |                    |                   |
|                  | 子どもパン           | こどもパン                 |                        |   |   |          |          | オムライス              | 米 油              | 鶏肉             | にんにく 玉ねぎ ピーマン               | スープストック 塩 ケチャップ 酒               |                     | 26.1               |                   |
|                  | きのこクリームスパゲティ    | スパゲティ バター 米粉 オリーブオイル  | ベーコン チーズ 牛乳 生クリーム      | にんにく 玉ねぎ しめじ えのきたけ ほうれんそう               | スープストック 白ワイン 塩 こしょう                     | 24.7     |          | ウィンナーとレンズ豆のスープ     | じゃがいも マカロニ       | ウィンナー レンズ豆     | にんにく 玉ねぎ コーン パセリ            | コンソメ 塩 こしょう                     |                     |                    |                   |
| チキンナゲット(低1こ・高2こ) |                 | チキンナゲット               | キャベツ サラダこんにゃく きゅうり コーン | ドレッシング                                  |   |          |          |                    |                  |                | 17%                         |                                 |                     |                    |                   |
| フレンチサラダ          |                 |                       |                        |   |   |          |          |                    |                  |                |                             |                                 |                     |                    |                   |
| 17<br>火          | 牛乳              |                       | 牛乳                     |   |   | 685      | 15<br>%  | 秋なすうどん             | 地粉うどん            |                |                             |                                 | 25.7                |                    |                   |
|                  | だし巻き卵           | 油                     | 豚肉 油揚げ                 | にんにく 干しいたけ なす ごまつな ねぎ                   | かつおだし しょうゆ みりん                          |          |          |                    |                  |                |                             |                                 |                     |                    |                   |
|                  |                 |                       |                        |   |   |          |          |                    |                  |                |                             |                                 |                     |                    |                   |
|                  |                 |                       |                        |   |   |          |          |                    |                  |                |                             |                                 |                     |                    |                   |

はしは毎日 忘れずに持たせましょう

給食回数 18回

学校給食摂取基準 エネルギー 650 kcal 9月平均摂取量 624 kcal

たんばく質 摂取エネルギーの13~20% 24.9g(16%)

\* 材料入荷の都合により変更になることがあります。アレルギー食品については表示していませんが、加工食品等で使用されている場合がありますのでご注意ください。

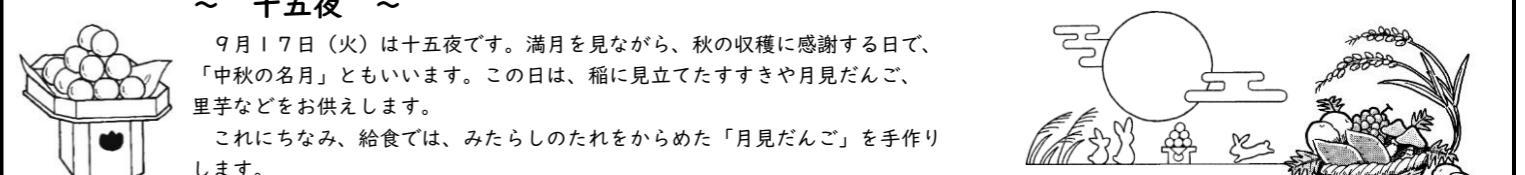
【肉・青果等の産地(令和6年度7月分)】使用した主な食材の産地をお知らせします。なお、市内小学校で共同購入する食材は市ホームページをご覧ください。

豚肉:埼玉 鶏肉:青森 にんにく:埼玉・青森 玉ねぎ:佐賀・群馬 じゃがいも:茨城 とうもろこし:埼玉 にごうり:群馬 オクラ:群馬 なす:福島 トマト:福島 レタス:長野

～ 十五夜 ～

9月17日(火)は十五夜です。満月を見ながら、秋の収穫に感謝する日で、「中秋の名月」ともいいます。この日は、稲に見立てたすすきや月見だんご、里芋などをお供えます。

これにちなみ、給食では、みたらしのたれをからめた「月見だんご」を手作ります。



月見団子

白玉もち 砂糖 ちんぷん

しょうゆ

100g

100g

