

令和7年9月

学校給食献立予定表

加西市学校給食センター

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)		16日(火)		17日(水)			
ごはん 牛乳 とりにくのくろみつに レタススープ こまつなサラダ		ごはん 牛乳 しろみぎかなのうめソースかけ みそしる キャベツのおかかあえ		ごはん 牛乳 ぶたにくのしょうがいため もずくスープ ナムル		ごはん 牛乳 きりぼしだいこんのそぼろに わかめスープ ひねぼんサラダ		ごはん 牛乳 ブルコギ あつあげのみそしる きゅうりのちゅうかつづけ		ごはん 牛乳 さばのしおやき すましじる にんじんしりしり		パン 牛乳 げんりょうやきそば オニオンスープ ブロッコリーのごまあえ ブルーベリージャム		ごはん 牛乳 とりにくのしおこうじやき キムチスープ ほうれんそうのおひたし		ごはん 牛乳 カレーコロッケ ちゅうかスープ やさいのあますあえ		ごはん 牛乳 とりにくのねぎソースかけ ばちじる きりぼしだいこんのナムル		ごはん 牛乳 さんまのかばやき さといものみそしる うみとはだけのサラダ			
○ とりにく □ こくとう みりん こいくちしょうゆ ○ みそ □ サラダあぶら □ でんぶん	(小)	○ さかなフライ □ あぶら こいくちしょうゆ みりん さけ □ さとう ねりうめ	(小)	○ ぶたにく △ たまねぎ △ しょうが △ ハリマおうにんにく(加西産) こいくちしょうゆ □ さとう みりん □ サラダあぶら □ でんぶん	(小)	○ とりにく △ たまねぎ △ にんじん △ きりぼしだいこん △ ねぎ こいくちしょうゆ さけ □ さとう みりん □ でんぶん □ サラダあぶら	(小)	○ ぶたにく △ たまねぎ △ にんじん △ もやし △ たら こいくちしょうゆ □ さとう みりん さけ □ さとう みりん □ こまあぶら しお こしょう □ でんぶん	(小)	○ さば しお ○ とうふ ○ かまぼこ △ にんじん △ たまねぎ △ えのきだけ △ ねぎ にぼしだし ○ だしこんぶ うすくちしょうゆ しお	(小)	□ やきそばめん ○ ぶたにく ○ ひらてん △ キャベツ △ たまねぎ △ にんじん ○ かつおぶし トンカツソース ウスターソース □ サラダあぶら しお こしょう	(小)	○ とりにく しおこうじ しお こしょう ○ チキンハム △ たまねぎ ○ とうふ △ キムチ △ ねぎ にぼしだし ホークフイオン チキンフイオン こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ □ さとう さけ しお □ ごまあぶら こしょう	(小)	□ カレーコロッケ □ あぶら ○ やきぶた △ たまねぎ △ ほししいたけ △ コーン △ ねぎ △ にんじん ちゅうかスープ(ごま油) うすくちしょうゆ しお こしょう □ ごまあぶら	(小)	○ とりにく しお こしょう △ しょうが △ ねぎ □ さとう こいくちしょうゆ みりん さけ □ でんぶん □ そうめんばち ○ あぶらあげ ○ ひらてん △ ほししいたけ △ たまねぎ △ にんじん △ ねぎ にぼしだし ○ だしこんぶ うすくちしょうゆ しお	(小)	○ さんまでんぶんつき □ あぶら こいくちしょうゆ みりん さけ □ さとう でんぶん □ さといも(加西産) △ たまねぎ △ にんじん △ えのきだけ ○ あぶらあげ △ ねぎ にぼしだし ○ みそ △ キャベツ △ きゅうり(加西産) ○ ツナ △ にんじん △ コーン ○ ひじき うすくちしょうゆ □ さとう	(小)		
△ こまつな △ コーン △ にんじん ○ チキンハム こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ しお こしょう りんごす さとう □ オリーブオイル		(小)	□ じゃがいも(加西産) △ たまねぎ △ にんじん △ ねぎ ○ あぶらあげ にぼしだし ○ みそ △ キャベツ △ こまつな △ にんじん ○ かつおぶし うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ	(小)	○ もすく ○ とりつくね △ たまねぎ △ にんじん △ コーン チキンフイオン ホークフイオン うすくちしょうゆ しお こしょう △ もやし △ ほうれんそう △ にんじん うすくちしょうゆ □ さとう す □ ごまあぶら △ おろしにんにく	(小)	○ やきぶた ○ わかめ ○ とうふ △ たまねぎ(播磨農高) △ コーン △ ねぎ チキンフイオン ホークフイオン うすくちしょうゆ しお こしょう さけ □ ごまあぶら ○ おやどり △ キャベツ △ もやし △ きゅうり(加西産) △ にんじん うすくちしょうゆ す □ さとう ゆずかじゅう	(小)	○ ミニあつあげ △ たまねぎ △ にんじん △ しめじ △ ねぎ ○ みそ にぼしだし △ きゅうり(加西産) □ さとう うすくちしょうゆ す □ ごまあぶら トウバンジャン	(小)	△ にんじん ○ ツナ こいくちしょうゆ しお こしょう □ ごまあぶら	(小)	○ チキン・ホークハム △ たまねぎ △ にんじん ホークフイオン チキンフイオン うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ しお こしょう △ ブロッコリー □ すりごま うすくちしょうゆ □ さとう □ ブルーベリージャム	(小)	△ ほうれんそう △ にんじん ○ かつおぶし うすくちしょうゆ □ さとう	(小)	△ ほうれんそう △ にんじん ○ かつおぶし うすくちしょうゆ □ さとう	(小)	△ きりぼしだいこん △ にんじん ○ チキンハム △ ほうれんそう うすくちしょうゆ □ さとう す □ ごまあぶら △ おろしにんにく	(小)			
18日(木)		19日(金)		22日(月)		24日(水)		25日(木)		26日(金)		29日(月)		30日(火)		アレルギーの表示 卵…鶏卵 小…小麦 (小)…調味料の原料小麦 乳…牛乳・乳製品 え…えび か…かに そ…そば 落…落花生 く…くるみ (同一施設内で製造している食品は含みません) ※ 詳しい配合表が必要な場合は、学校に問い合わせください。 ○…赤色の食品(体をつくるもとになるもの) □…黄色の食品(エネルギーのもとになるもの) △…緑色の食品(体の調子を整えるもの)  の日はスプーンがついています。 食品の配合等については、学校に問い合わせください。 物資の都合や警報等による給食の中止で、献立を変更する場合があります。							
ごはん 牛乳 タコライス ABCマカロニスープ もやしのちゅうかあえ パイナップル		ごはん 牛乳 おろしハンバーグ きくらげスープ きゅうりのすのもの		ごはん 牛乳 はるさめのピリからいため みそしる もやしのごまあえ		こくとうパン 牛乳 しおからあげ やさいスープ ポテトサラダ 【北部センター・トライやるを兼ね献立】		ごはん 牛乳 メンチカツ ワナンスープ ほうれんそうのひじきあえ		ごはん 牛乳 なつやさいカレー コーンサラダ ぶくじんづけ		減量ごはん 牛乳 むしシューマイ しろごまタンタンうどん もやしのしおこんぶあえ		ごはん 牛乳 さけのなんばんづけ はるさめスープ ブロッコリーのサラダ									
○ とりにく △ たまねぎ △ にんじん △ ピーマン(加西産) ○ だいず △ ハリマおうにんにく(加西産) □ サラダあぶら ちゅうかのうソース ウスターソース トンカツソース △ トマトケチャップ カレーこ しお	(小)	○ ハンバーグ △ だいこん こいくちしょうゆ □ さとう みりん す □ でんぶん △ きくらげ(加西産) ○ とうふ ○ チキン・ホークハム △ にんじん △ たまねぎ △ ねぎ □ はるさめ ホークフイオン チキンフイオン にぼしだし うすくちしょうゆ しお こしょう □ ごまあぶら △ きゅうり(加西産) ○ わかめ ○ かまぼこ うすくちしょうゆ す □ さとう	(小)	○ とりにく □ はるさめ △ にんじん △ しょうが △ ハリマおうにんにく(加西産) こいくちしょうゆ □ さとう しお こしょう トウバンジャン しお こしょう □ サラダあぶら △ たまねぎ ○ とうふ △ にんじん △ ねぎ ○ あぶらあげ にぼしだし ○ みそ △ もやし △ コーン △ ほうれんそう うすくちしょうゆ □ さとう す □ マヨネーズ	(小)	□ こくとう ○ とりにく さけ □ さとう しお こしょう △ ハリマおうにんにく(加西産) □ でんぶん □ あぶら ○ フランクフルト △ だいこん △ たまねぎ △ キャベツ △ にんじん △ コンソメ しお こしょう うすくちしょうゆ □ じゃがいも(加西産) △ きゅうり(加西産) △ にんじん □ さとう しお こしょう □ マヨネーズ	(小)	○ メンチカツ ウスターソース △ トマトケチャップ トンカツソース □ さとう ○ チキン・ホークハム □ ひつづみ(米穀めん) △ たまねぎ △ にんじん △ ねぎ △ ほししいたけ チキンフイオン ホークフイオン うすくちしょうゆ しお こしょう にぼしだし □ ごまあぶら △ ほうれんそう △ もやし △ コーン ○ あじつけひじき うすくちしょうゆ □ さとう	(小)	○ とりにく △ なす(加西産) △ にんじん △ たまねぎ △ かぼちゃ △ トマトピューレ △ スズキニ(加西産) △ すりおろしりんご △ トマトケチャップ ウスターソース トンカツソース チキンフイオン カレーこ △ ハリマおうにんにく(加西産) △ しょうが あかワイン こいくちしょうゆ こしょう しお □ サラダあぶら △ コーン △ キャベツ △ きゅうり(加西産) △ にんじん □ コーンドレッシング △ ぶくじんづけ	(小)	○ シューマイ (1人2個) ○ とりにく □ うどん △ キャベツ △ たまねぎ △ にんじん △ ひらてん △ ねぎ にぼしだし ○ だしこんぶ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ □ さとう □ ねりごま □ すりごま ○ みそ さけ △ もやし △ きゅうり(加西産) △ にんじん ○ しおこんぶ うすくちしょうゆ	(小)	○ さけ □ でんぶん □ あぶら △ たまねぎ △ にんじん □ さとう うすくちしょうゆ す ○ チキン・ホークハム □ はるさめ △ たまねぎ △ ほししいたけ △ キャベツ △ コーン △ ねぎ チキンフイオン ホークフイオン うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ しお こしょう □ ごまあぶら △ ブロッコリー ○ ツナ うすくちしょうゆ □ さとう りんごす □ オリーブオイル しお こしょう	(小)	△ フロッコリー ○ ツナ うすくちしょうゆ □ さとう りんごす □ オリーブオイル しお こしょう	(小)						
△ もやし △ きゅうり(加西産) ○ チキンハム す □ さとう うすくちしょうゆ □ ごまあぶら △ パインアップル		(小)	△ さとう	(小)	△ もやし △ ほうれんそう うすくちしょうゆ □ さとう す □ マヨネーズ	(小)	△ ほうれんそう △ もやし △ コーン ○ あじつけひじき うすくちしょうゆ □ さとう	(小)	△ ほうれんそう △ もやし △ コーン ○ あじつけひじき うすくちしょうゆ □ さとう	(小)	△ ほうれんそう △ もやし △ コーン ○ あじつけひじき うすくちしょうゆ □ さとう	(小)	△ ほうれんそう △ もやし △ コーン ○ あじつけひじき うすくちしょうゆ □ さとう	(小)	△ ほうれんそう △ もやし △ コーン ○ あじつけひじき うすくちしょうゆ □ さとう	(小)	△ フロッコリー ○ ツナ うすくちしょうゆ □ さとう りんごす □ オリーブオイル しお こしょう	(小)	△ さとう りんごす □ オリーブオイル しお こしょう	(小)			
今月の栄養価		小学校		中学校		熱量(kcal)		たんぱく質(g)		脂質(g)		627		750		24.0		28.2		17.2		19.4	