

日・曜	1 日（水）			2 日（木）			3 日（金）			6 日（月）			7 日（火）			8 日（水）			9 日（木）			10 日（金）			14 日（火）			15 日（水）			16 日（木）					
献立名	ごはん 牛乳 鶏の味噌漬け焼き 梅おかか和え 湯葉のお吸い物			ごはん 牛乳 あじフライ れんこん彩りサラダ なめこ汁			ごはん 牛乳 おろしハンバーグ 磯香和え 豆乳仕立ての味噌汁			ごはん 牛乳 鯖の文化干し アーモンド和え 鶏つみれ汁 お月見だんご			ごはん 牛乳 揚げ餃子② バンバンジー コーンスープ			ごはん 牛乳 卵焼き ごろっと厚揚げのカレーそぼろ 沢煮椀			ごはん 牛乳 金目フライ かみかみサラダ みなたんスープ 桃のミニデザート			ごはん 牛乳 ハッシュドボーク のりサラダ ぶどうゼリー			ごはん 牛乳 ほっけ昆布醤油干し 肉じゃが かきたま汁 オレンジ			ごはん 牛乳 旨辛チキン ツナ和え 青菜ときのこのスープ			ごはん 牛乳 鮭のコーン焼き 茎わかめのきんぴら さつま汁					
料理に使用した食材	こめ ぎゅうにゅう とりにく にんにく こま みそ 七味唐辛子 ごま油 醤油 みりん こしょう 酢 三温糖 白菜 こまつな きゅうり もやし にんじん ねりうめ 醤油 みりん かつおぶし ゆば わかめ ながねぎ とうふ 塩 酒 こんぶだし にぼし・かつおだし 醤油			こめ ぎゅうにゅう あじフライ 油 醤油 れんこん ひじき にんじん とうもろこし きゅうり キャベツ ハム ごま 醤油 エッグフリーマヨネーズ こしょう なまあげ なめこ たまねぎ にぼし・かつおだし みそ			こめ ぎゅうにゅう ミートハンバーグ 三温糖 醤油 みりん だいこん 片栗粉 こまつな エリンギ キャベツ にんじん 醤油 かつおだし ごま のり			こめ ぎゅうにゅう さば文化干し ほうれんそう キャベツ にんじん とうもろこし 醤油 アーモンド 上白糖 とうがん かぼちゃ しめじ とりにくだんご ごま油 にぼし・かつおだし みそ お月見だんご			こめ ぎゅうにゅう ぎょうざ 油 とりにく もやし キャベツ にんじん こまつな 酢 ごま油 ごま みりん 醤油 みそ 上白糖 醤油 みそ 三温糖 上白糖 みそ とりにく 酒 しょうが とうもろこし チンゲンサイ えのきだけ ごま油 チキンピュオン 中華だし 塩 こしょう たまご 片栗粉 醤油			こめ ぎゅうにゅう たまごやき なまあげ とりにく だいずミート たまねぎ じゃがいも れんこん えだまめ しょうが にんにく ごま油 醤油 みそ 三温糖 酒 カレー粉 片栗粉 ぶたにく しょうが だいこん にんじん しいたけ だけのこ あぶらあげ はだいこん ながねぎ にぼし・かつおだし たまご 酒 塩 醤油			こめ ぎゅうにゅう きんめフライ 油 中濃ソース キャベツ だいこん こメロン あおパパイヤ れんこん とりにく かつおぶし ごま 醤油 酢 上白糖 こしょう 油 ごま油 ベーコン たまねぎ かぼちゃ にんじん とうもろこし グリーンピース クリームシチューベース なばな しろいんげんまめ ぎゅうにゅう とうにゅうクリーム コンソメ 塩 こしょう ももゼリー			こめ ぎゅうにゅう ぶたにく 油 ワイン たまねぎ にんじん じゃがいも グリーンピース ハヤシルウ にんにく しょうが デミグラスソース ローリエ 塩 こしょう コンソメ のり とりにく にんじん きゅうり もやし キャベツ ナムドルレッシング 酢 醤油 きび砂糖 ぶどうゼリー			こめ ぎゅうにゅう ほっけ昆布醤油干し じゃがいも ぶたにく たまねぎ にんじん えだまめ 油 三温糖 醤油 酒 みりん にんじん えのきだけ とうふ たまご ながねぎ えどな にぼし・かつおだし こんぶだし 塩 醤油 片栗粉 オレンジ			こめ ぎゅうにゅう とりにく 酒 塩 米粉 米菓 片栗粉 油 トマトピューレー コチュジャン 三温糖 マーマレード 醤油 酢 ツナ レモン こまつな キャベツ きゅうり 上白糖 醤油 七味唐辛子			こめ ぎゅうにゅう とりにく 甘塩さけ ワイン とうもろこし エッグフリーマヨネーズ チーズ くきわかめ ぶたにく だいずミート ごぼう にんじん こんにゃく ごま 醤油 三温糖 ごま油 酒 七味唐辛子			こめ ぎゅうにゅう とりにく さつまいも だいこん にんじん ながねぎ にぼし・かつおだし みそ		
	栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	エネルギー	たんぱく質	脂質	エネルギー	たんぱく質	脂質	エネルギー	たんぱく質	脂質	エネルギー	たんぱく質	脂質	エネルギー	たんぱく質	脂質	エネルギー	たんぱく質	脂質	エネルギー	たんぱく質	脂質	エネルギー	たんぱく質	脂質	エネルギー	たんぱく質	脂質					
	小学校(中学年)	628	28.9	23.1	644	24.4	23.0	631	27.8	20.3	687	28.2	23.1	615	24.1	21.1	616	27.1	19.5	640	24.4	20.0	629	21.0	17.2	613	28.3	16.2	616	28.0	20.6	692	30.8	27.3		
	中学校	822	35.3	26.7	831	29.2	26.1	848	35.5	25.2	889	35.4	27.4	838	30.8	26.0	814	33.6	22.8	874	32.7	25.0	833	26.2	20.1	812	35.5	18.8	821	35.4	24.4	871	35.5	29.2		
	日・曜	17 日（金）			20 日（月）			21 日（火）			22 日（水）			23 日（木）			24 日（金）			27 日（月）			28 日（火）			29 日（水）			30 日（木）			31 日（金）				
	献立名	ごはん 牛乳 イカのレモン煮 納豆和え 豚汁			ごはん 牛乳 鯖のごまだれ ゆかりたくあん和え お麩の味噌汁			麦ごはん 牛乳 秋の恵カレー 海の幸のサラダ 福神漬 ヨーグルト			ごはん 牛乳 いわしフライ 五色和え 大根のそぼろ汁			ごはん 牛乳 鶏そぼろ丼の具 生揚げの味噌汁 りんご			ごはん 牛乳 納豆 里芋と冬瓜の味噌煮 すまし汁			ごはん 牛乳 イカのにんにくバター醤油 ひじきの炒り煮 秋の味噌汁			わかめごはん 牛乳 めひかり唐揚げ 和風マカロニサラダ 豆乳仕立ての沢煮椀			ごはん 牛乳 豚キムチ サンラータン もちもち紫いも			ごはん 牛乳 無花果ソースのチキンカツ うま塩昆布和え カレー南蛮汁			ごはん 牛乳 さんまの一夜干し 含め煮 大根と油揚げの味噌汁 りんごのミニデザート				
	料理に使用した食材	こめ ぎゅうにゅう イカ 酒 油 米粉 片栗粉 醤油 上白糖 レモン 酢 なっとう こまつな きゅうり キャベツ 醤油 かつおぶし 辛子粉 ごま油 ぶたにく にんじん さといも ごぼう とうがん こんにゃく あぶらあげ ながねぎ にぼし・かつおだし みそ			こめ ぎゅうにゅう さば文化干し 酒 しょうが 三温糖 きび砂糖 みりん 醤油 ごま 片栗粉 たくあん にんじん キャベツ きゅうり かつおぶし 醤油 ゆかり			こめ むぎ ぎゅうにゅう 油 しょうが にんにく ぶたにく たまねぎ にんじん れんこん しいたけ さつまいも チーズ カレールウ コンソメ ブロッコリー かいそう きゅうり キャベツ ツナ 油 酢 上白糖 塩 ごま油 福神漬 ヨーグルト			こめ ぎゅうにゅう いわしフライ 油 醤油 こまつな こメロン キャベツ ハム ほそぎりたまご しょうが 醤油 上白糖 ごま油 ごま 塩 ぶたにく ごま油 だいこん かぼちゃ きくらげ にぼし・かつおだし 醤油 みりん 塩 片栗粉			こめ ぎゅうにゅう とりにく だいずミート しょうが 酒 醤油 三温糖 油 いりたまご えだまめ にんじん 塩 なまあげ とうがん にんじん わかめ ながねぎ にぼし・かつおだし みそ りんご			こめ ぎゅうにゅう きゅうとう とろうがん さといも にんじん ぶたにく とりにく だけのこ こんにゃく グリーンピース にんにく しょうが 酒 みそ オイスターソース 醤油 片栗粉 ごま油 中華だし きくらげ あぶらあげ だいこん にんじん ごぼう ごま油 片栗粉 こんぶだし にぼし・かつおだし 塩 酒 醤油			こめ ぎゅうにゅう なっとう イカ にんにく 酒 醤油 塩 カレー粉 バター ひじき あぶらあげ にんじん ぶたにく こんにゃく えだまめ 三温糖 醤油 かつおだし 酒 ごま油 とりにく さといも ごぼう だいこん れんこん まいだけ ながねぎ にぼし・かつおだし みそ			こめ わかめごはんベース ぶたにく めひかりからあげ 油 とりにく たまねぎ キャベツ エリンギ えだまめ とうもろこし マカロニ エッグフリーマヨネーズ 醤油 塩 こしょう かつおぶし ごま油 ぶたにく あおパパイヤ にんじん たまねぎ えどな あぶらあげ にぼし・かつおだし とうにゅう みそ			こめ ぎゅうにゅう ぶたにく はくさいキムチ もやし にんじん たまねぎ はくさい だけのこ にら にんにく しょうが 油 酒 塩 キムチベース 醤油 中華だし ごま油 ごま とりにく 酒 しょうが とうもろこし なまあげ みぶな こまつな えのきだけ ごま油 もずく ボークフィオン 中華だし 塩 こしょう たまご 酢 片栗粉 ラー油 もちもち紫いも			こめ ぎゅうにゅう ぶたにく チキンカツ 油 いちじく いちじくジャム レモン 醤油 上白糖 ワイン とうにゅうバター みずな わさびな キャベツ こメロン ツナ ごま しおこんぶ 醤油 ごま油 油 ぶたにく たまねぎ にんじん えのきだけ えどな うどん カレールウ 醤油 にぼし・かつおだし			こめ ぎゅうにゅう とりにく さんまの一夜干し 醤油 みりん とりにく ごぼう にんじん こうやどろふ だけのこ しいたけ グリーンピース 三温糖 醤油 ごま油 酒 みりん だいこん あぶらあげ わかめ にぼし・かつおだし こんぶだし みそ りんごゼリー				
		栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	エネルギー	たんぱく質	脂質	エネルギー	たんぱく質	脂質	エネルギー	たんぱく質	脂質	エネルギー	たんぱく質	脂質	エネルギー	たんぱく質	脂質	エネルギー	たんぱく質	脂質	エネルギー	たんぱく質	脂質	エネルギー	たんぱく質	脂質	エネルギー	たんぱく質	脂質	エネルギー	たんぱく質	脂質	
		小学校(中学年)	621	30.1	18.4	613	26.8	19.9	695	22.8	21.4	635	25.8	21.0	662	29.0	22.8	600	26.7	18.1	588	27.1	18.0	632	25.7	21.4	649	25.9	21.8	642	24.2	20.3	696	29.4	25.4	
		中学校	828	37.3	21.5	810	32.6	22.8	884	27.6	25.4	807	30.6	23.2	879	36.3	27.4	794	33.5	21.1	789	35.1	21.4	818	31.2	24.6	843	32.7	25.0	853	30.3	24.2	881	35.6	27.8	

★ 上記材料は、天候などにより、変更になる場合があります。

物価高騰重点支援交付金で負担するため、9.10月分の児童生徒からの給食費の引き落としはありません。