

令和8年9月

給食予定献立表

野洲市学校給食センター

日	曜日	献立名	体内での働き			エネルギー(kcal)	
			黄	赤	緑	たんぱく質(g)	
			おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体をつくるもとになる食品	おもに体の調子を整えるもとになる食品	脂質(g)	
						小学校	中学校
1	火	ごはん 牛乳 豚肉のなんばん漬け(揚げ) キャベツとコーンの中華ソテー はるさめのスープ	米 でんぶん 油 さとう ごま油 はるさめ	牛乳 ぶた肉 とり肉	にんにく 白ねぎ キャベツ とうもろこし ピーマン たまねぎ にんじん チンゲンサイ		
2	水	ごはん 牛乳 キムタクごはんの具 夏野菜のあげびたし(揚げ) わかめのみそ汁	米 ごま油 ごま さとう 油	牛乳 ぶた肉 わかめ とうふ みそ	にんにく しょうが はくさいキムチ たくあん 白ねぎ なす ピーマン かぼちゃ たまねぎ えのきたけ	544 21.6 16.0	658 25.5 18.5
3	木	ごはん 牛乳 タンドリーチキン(焼き) ごぼうソテー ポークビーンズ	米 油 ごまドレッシング じゃがいも さとう	牛乳 とり肉 まぐろ油づけ ぶた肉 大豆	にんにく しょうが レモン ごぼう にんじん たまねぎ さやいんげん トマト	591 27.4 18.3	711 32.3 20.9
4	金	麦ごはん 牛乳 かつおのオーロラソース(揚げ) こまつなとひき肉のセルフまぜごはん しめじとふのすまし汁	米 麦 でんぶん 油 ノンエッグマヨネーズ さとう 焼きふ	牛乳 かつお とり肉	しょうが 赤こんにゃく こまつな もやし にんじん たまねぎ しめじ 青ねぎ	585 29.8 17.2	706 36.0 19.6
7	月	麦ごはん 牛乳 ハンバーグ チンゲンサイソテー 豆と根菜のキーマカレー	米 麦 油 ひよこ豆 白いんげん豆 レンズ豆 豆と雑穀のミックス カレールウ	牛乳 ハンバーグ	チンゲンサイ キャベツ とうもろこし たまねぎ にんじん れんこん ごぼう にんにく しょうが トマト りんご	666 23.7 19.5	819 28.4 23.2
8	火	～非常食献立～ 麦ごはん 牛乳 いわしの梅煮 切干し大根のやきそば風 高野どうふのすまし汁	米 麦 油 じゃがいも	牛乳 いわしの梅煮 ぶた肉 とり肉 高野どうふ	きりぼしだいこん たまねぎ ピーマン もやし にんじん こんにゃく 青ねぎ	522 25.0 18.8	633 30.5 22.0
9	水	コッペパン 牛乳 チリコンカン フライドかぼちゃ(揚げ) せん切り野菜のスープ	コッペパン 白いんげん豆 さとう 油	牛乳 ぶた肉 まぐろ油づけ	たまねぎ にんにく かぼちゃ しょうが にんじん ごぼう キャベツ もやし	550 21.5 19.9	687 26.0 23.9
10	木	ごはん 牛乳 さんまのかば焼き(揚げ) 茎わかめのいため煮 じゃがいものみそ汁	米 でんぶん 油 さとう ごま油 じゃがいも	牛乳 さんま とり肉 くきわかめ みそ	たけのこ にんじん 五目かまめしのもと たまねぎ えのきたけ ほうれんそう	594 22.2 20.5	719 26.2 23.9
11	金	麦ごはん 牛乳 とり肉の竜田揚げ もやしのソテー なめこ汁	米 麦 でんぶん 油	牛乳 とり肉 まぐろ油づけ とうふ みそ	しょうが もやし ピーマン だいこん にんじん なめこ 青ねぎ	604 26.3 22.1	737 31.8 26.1
14	月	全国味めぐり～愛知県～ 麦ごはん 飲むヨーグルト ひとくちみそかつ(揚げ) ゆでキャベツ 冬瓜入りかきたま汁	米 麦 小麦粉 パン粉 油 さとう ごま でんぶん	飲むヨーグルト ぶた肉 みそ たまご とり肉	にんにく キャベツ にんじん たまねぎ とうがん 青ねぎ	573 25.8 14.0	713 32.2 17.7
15	火	麦ごはん 牛乳 さばの玉ねぎソースかけ(焼き) にんじんの塩こうじいため 沢煮わん	米 麦 さとう 油	牛乳 さば とりささみ水煮 ぶた肉 わかめ	たまねぎ にんじん とうもろこし ほししいたけ ごぼう だいこん たけのこ えのきたけ	566 29.8 18.2	679 35.2 20.5
16	水	ソフトめん 牛乳 いもち(揚げ) チンゲンサイの中華いため マーボーソース(レバーチップ入り)	ソフトめん いもち 油 さとう でんぶん	牛乳 とうふ ぶた肉 ぶたレバー みそ	もやし チンゲンサイ たまねぎ にんじん たけのこ ピーマン しょうが にんにく	587 25.2 19.6	698 29.6 23.0
17	木	ごはん 牛乳 とり肉のマーマレードソースかけ(焼き) キャベツソテー 夏野菜カレースープ	米 マーマレードジャム さとう 油 カレールウ	牛乳 とり肉 ぶた肉	キャベツ しめじ にんにく たまねぎ かぼちゃ なす オクラ トマト りんご	560 22.2 17.4	678 26.4 20.2
18	金	食育の日～地産地消を知ろう～ 麦ごはん 牛乳 ちくわのいそべかきあげ(揚げ) きゅうりの赤しそあえ 近江牛のじゅんじゅん	米 麦 油 でんぶん ノンエッグマヨネーズ 焼きふ さとう はちみつ	牛乳 ちくわ あおさ 牛肉 とうふ	たまねぎ かぼちゃ きゅうり 赤しそふりかけ 白ねぎ はくさい 赤こんにゃく ほししいたけ	648 22.9 25.4	793 27.4 30.1
24	木	ごはん 牛乳 とりの塩レモン焼き なすのポロネーゼ 野菜ときのこのスープ	米 マカロニ 油 さとう	牛乳 とり肉 ぶた肉	しょうが レモン にんにく たまねぎ なす トマト にんじん キャベツ とうもろこし えのきたけ しめじ パセリ マッシュルーム	551 23.5 17.9	666 28.3 20.9
25	金	行事食～お月見～ 麦ごはん 牛乳 さといものコロッケ 油 こまつなとこんにゃくのいため物 お月見汁 梨	米 麦 さといものコロッケ 油 ごま油 さとう	牛乳 ぶた肉 とうふ かまぼこ	こまつな こんにゃく だいこん にんじん たまねぎ 青ねぎ なし	554 21.9 16.2	667 25.6 18.4
28	月	麦ごはん 牛乳 いかのかりんあげ(揚げ) カルシウムたっぷりあえ たまねぎのみそ汁	米 麦 でんぶん 油 じゃがいも	牛乳 いか わかめ ちりめんじゃこ 油あげ みそ	こまつな もやし たまねぎ にんじん 青ねぎ	570 28.1 15.9	693 33.9 18.2
29	火	麦ごはん 牛乳 焼き厚揚げのしょうがあんかけ にんじんのごまあえ ちくぜん煮	米 麦 さとう でんぶん ごま さといも 油	牛乳 あつあげ とり肉 ちくわ	しょうが キャベツ にんじん ごぼう れんこん 赤こんにゃく ほししいたけ さやいんげん	607 25.4 16.8	738 30.5 19.5
30	水	麦ごはん 牛乳 ぶた肉のみそいため あげズッキーニ(揚げ) とりにくのすまし汁	米 麦 油 さとう でんぶん	牛乳 ぶた肉 みそ とり肉 かまぼこ	たまねぎ チンゲンサイ ズッキーニ しょうが にんにく だいこん はくさい しめじ 青ねぎ	545 24.2 16.5	659 29.1 18.9

※小学校のエネルギー、たんぱく質、脂質の値は、4年生の一食あたりの栄養価です。

※食材料の都合により、献立を変更することがありますのでご了承ください。

☆毎月〇〇のつく日(10日、20日、30日)は「残食ゼロの日」です。

☆毎月25日は人権の日「うれしいな ぎゅっとされると ばかばかだ」

☆野洲市の学校給食では、下記の食材はアレルギーが重篤になる可能性または新規発症の可能性のあるため原材料としては使用しません。

「そば、落花生(ピーナッツ)、くるみ、かに、キウイフルーツ、バナナ、カシューナッツ、アーモンド、あわび、いくら、マカダミアナッツ」



★小学校給食開始★9月2日(水)★幼稚園給食開始日★9月3日(木)