

			献立名	食 材 料				アレルギー表示		栄養価	栄養価
A	B	C	主食およびおかず	血や肉になるもの (赤)	力や熱になるもの (黄)	からだの調子をととのえるもの (緑)	調味料・その他	★義務 9品目	☆推奨 20品目	エネルギー (Kcal) たんぱく質 (g)	脂質 (g) 食塩相当量 (g)
全給食日			牛乳	ぎゅうにゅう				乳	—		
		8/ 26 水	げんりょうコッペパン	だっしふんにゅう	コッペパン こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	—	585 25.3	18.7 3.0
		ジャージャーめん	ぶたにく だいず あかみそ	こめあぶら さんおんとう チャンボンめん こむぎこ でんぷん	たまねぎ にんじん たけのこ にら ほししいたけ こんにやく	にんにく しょうが 豆板醤 中華だし 濃口 塩 クチナシ色素	小麦	豚肉 大豆			
		さわやかサラダ	まぐろみずに まぐろ	さんおんとう	きゅうり キャベツ スイートコーン	淡口 塩 こしょう 日向夏ドレッシング 酢 塩 野菜エキス	小麦	大豆			
		しろごはん		こめ		—	—	626 20.0	13.8 1.9		
チキンカレー	とりにく ひよこまめ	じゃがいも	たまねぎ にんじん	にんにく チキンスープ とろけるカレーD カレーN Fカレー デミグラス ウスター	小麦	鶏肉 大豆					
フルーツカクテル		ダイスゼリー なし さとう ダイスゼリー ぶどう さとう ナタデココ さとう ナタデココ	もも バインアップル なし ぶどう	クチナシ色素 紅麴色素	—	もも					
8/ 26 水	8/ 27 木	8/ 28 金	こめこパン	だっしふんにゅう	こめこパン こむぎこ こめこ さとう ショートニング		塩 イースト			小麦 乳	—
さかなのエスカベッシュ	たら(こなつき) たら	こめあぶら さんおんとう こめこ とうもろこしこ でんぷん	にんじん ピーマン だいたいピーマン あかピーマン きピーマン たまねぎ	淡口 白ワイン 塩 こしょう レモン汁	小麦	大豆					
コンソメスープ	ベーコン ぶたにく	じゃがいも マカロニ さとう みずあめ	にんじん たまねぎ キャベツ	野菜ブイヨン 塩 淡口 こしょう 塩 香辛料	小麦	豚肉 大豆					
8/ 27 木	8/ 28 金		しろごはん		こめ		—	—	587 25.0	19.1 1.8	
マーボーどうふ	ぶたにく だいず みそ とうふ		さんおんとう でんぷん	たまねぎ にんじん ほししいたけ にら たけのこ	麻婆豆腐の素 濃口	小麦	豚肉・大豆 鶏肉 ゼラチン				
ちゅうかあえ			さんおんとう ごまあぶら いりごま	きゅうり にんじん ほうれんそう りよくとうもやし	酢 淡口	小麦	大豆 ごま				
8/ 28 金			しろごはん		こめ		—	—	617 25.4	22.8 1.9	
なすとぶたにくの みそいため			ぶたにく あつあげ みそ	こめあぶら さんおんとう でんぷん パームゆ	たまねぎ にんじん ピーマン あげなす なす	酒 淡口 みりん 塩	小麦	豚肉 大豆			
かみなりじる			とうふ とりにく あぶらあげ	にんじん こんにやく ほししいたけ ねぎ	かつおだし 淡口 塩	小麦	大豆・鶏肉				
8/ 31 月	9/ 1 火	9/ 2 水	こくとうパン	だっしふんにゅう	こくとうパン こむぎこ くるざとう さとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	—	585 24.5	20.5 2.0
チキンラタトゥイユ	とりにく	オリーブゆ さんおんとう	にんじん たまねぎ スズキーニ なす ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン 橙ピーマン トマト	にんにく 野菜ブイヨン 白ワイン 塩 こしょう	—	鶏肉					
マカロニサラダ		マカロニ たまごふししょうマヨネーズ こめあぶら	きゅうり にんじん スイートコーン	酢 淡口 塩 こしょう	小麦	大豆					
9/ 1 火	9/ 2 水	9/ 3 木	しろごはん		こめ		—	—	592 24.7	20.0 2.5	
めいぶつりょうり おきなわけん	タコライスのご	ぶたにく だいず	さんおんとう	たまねぎ トマト あおまめ	にんにく カレー粉 ケチャップ ウスター 淡口 塩	小麦	豚肉 大豆				
	チーズサラダ	ナチュラルチーズ	こめあぶら さんおんとう	キャベツ きゅうり にんじん	酢 淡口 コールスロードレッシング こしょう	乳 小麦	大豆				
	もずくスープ	いろうつきかまぼこ とうふ もずく たら ホキ	いりごま でんぷん さとう みずあめ えごまゆ	にんじん えのきたけ チンゲンサイ	中華だし 塩 こしょう 淡口 かつおだし 塩 紅麴色素	小麦	大豆 ごま				
9/ 2 水	9/ 3 木	9/ 4 金	チーズパン	だっしふんにゅう ナチュラルチーズ	チーズパン こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	—	586 25.8	20.2 3.1
はっぼうさい	ぶたにく こうやどうふ	でんぷん	たまねぎ にんじん たけのこ キャベツ ヤングコーン りよくとうもやし あおまめ	しょうが 豚清湯 中華だし 塩 こしょう 淡口	小麦	豚肉 大豆					
はるさめサラダ	いろうつきかまぼこ たら ホキ	りよくとうはるさめ こめあぶら さんおんとう でんぷん さとう みずあめ えごまゆ	きゅうり にんじん スイートコーン	淡口 酢 かつおだし 塩 紅麴色素	小麦	大豆					
9/ 3 木	9/ 4 金	8/ 31 月	しろごはん		こめ		—	—	603 28.0	22.9 2.0	
こうやどうふのたまごとじ	とりにく こうやどうふ たまご	こめあぶら さんおんとう	にんじん たまねぎ しめじ グリンピース	淡口 みりん	卵・小麦	鶏肉・大豆					
さわにわん	ぶたにく あぶらあげ		にんじん ごぼう たけのこ ほししいたけ こんにやく ねぎ	和風だし 酒 淡口	小麦	豚肉 大豆					
9/ 4 金	8/ 31 月	9/ 1 火	しろごはん		こめ		—	—			586 20.5
いわししょうがに	いわししょうがに いわし	でんぷん さとう		しょうが みりん しょうゆ 塩	小麦	大豆					
きんぴらごぼう	さつまあげ だいず ぎょにく	こめあぶら さんおんとう でんぷん さとう だいずゆ	ごぼう にんじん さやいんげん たまねぎ	酒 みりん 濃口 塩	小麦	大豆					
あつあげのみそじる	きぬあつあげ みそ とうにゅう	じゃがいも でんぷん だいずゆ なたねあぶら	にんじん りよくとうもやし だいこんば	煮干しだし 塩	—	大豆					
9/ 7 月	9/ 8 火	9/ 9 水	コッペパン	だっしふんにゅう	コッペパン こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	—	585 29.0	19.9 2.3
ページかつのひ やさいが やc160g	ベジカツのひ やさいが やc160g	キャベツのスープに	ウインナー あおえんどうまめ ぶたにく ひよこまめ あかいんげんまめ	じゃがいも でんぷん さとう とんし	たまねぎ にんじん キャベツ	豚清湯 こしょう 淡口 塩 しょうが粉 こしょう	小麦	豚肉 大豆			
		アスパラのソテー	とりにく	こめあぶら	にんじん しめじ スイートコーン アスパラガス	塩 こしょう 淡口	小麦	鶏肉 大豆			
		ジョア(マスカット)	ジョア(マスカット) だっしふんにゅう	みずあめ	マスカット		乳	—			
9/ 8 火	9/ 9 水	9/ 10 木	しろごはん		こめ		—	—	585 24.9	19.3 2.0	
あつあげの あまからいため	あつあげ ぶたにく あかみそ	こめあぶら さんおんとう	にんじん たまねぎ たけのこ さやいんげん	にんにく しょうが 酒 みりん 濃口 豆板醤	小麦	大豆 豚肉					
うおそうめんじる	おさかなパスタ とうふ あぶらあげ たら	でんぷん みずあめ さとう こめ こめこうじ	にんじん えのきたけ みつば	かつおだし 昆布だし 酒 淡口 塩 塩	小麦	大豆					
9/ 9 水	9/ 10 木	9/ 11 金	ミルクパン	だっしふんにゅう ぜんふんにゅう	ミルクパン こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	—	585 25.0	19.5 3.0
		ひやしちゅうかサラダ	ローズハム ぶたにく きんしたまご たまご	こめあぶら さんおんとう いりごま みずあめ さとう でんぷん さとう なたねあぶら チャンボンめん こむぎこ でんぷん	きゅうり りよくとうもやし きゅうり にんじん キャベツ こんにやく	酢 淡口 冷やし中華のつゆ 塩 香辛料 しょうゆ 塩 煮干しだし かつおだし 塩 クチナシ色素	卵 小麦	豚肉 大豆 ごま			
		チンゲンサイスープ	とりにく とうふ	でんぷん	チンゲンサイ にんじん たまねぎ	野菜ブイヨン 淡口 チキンスープ 塩 こしょう	小麦	鶏肉 大豆			
		9/ 10 木	9/ 11 金	9/ 7 月	しろごはん		こめ		—		
さんまかぼすレモンに	さんまかぼすレモンに さんま	でんぷん さとう	かぼす レモンのかわ	みりん しょうゆ 塩 レモン汁	小麦	大豆					
きゅうりのとさづけ さつまじる	かつおぶし とりにく とうふ あぶらあげ みそ	さつまいも	きゅうり にんじん キャベツ にんじん ごぼう こんにやく ねぎ	濃口 みりん しょうが	小麦	大豆 鶏肉・大豆					
9/ 11 金	9/ 7 月	9/ 8 火	わかめごはん	わかめ	こめ さとう		塩	—	—	589 25.3	17.1 2.6
にくじゃが	ぶたにく あぶらあげ	じゃがいも さんおんとう	たまねぎ にんじん いとこんにやく あおまめ	酒 濃口 みりん	小麦	豚肉 大豆					
ほうれんそうのツナあえ	まぐろみずに まぐろ	さんおんとう	ほうれんそう りよくとうもやし にんじん	淡口 塩 野菜エキス	小麦	大豆					

※ 使用予定物資の生産状況等により、献立内容が変更になる場合があります。

※ 栄養価は八訂成分表で計算しています。

※ 食物アレルギーの表示について：都城学校給食センターの献立表は、アレルギー表示義務9品目（★印）、アレルギー表示推奨20品目（☆印）のみの表示です。

各献立、使用食材等で御不明な点がございましたら、学校給食センターまでお問い合わせください。（0986-23-2617）

※ Aコース、Bコース、Cコースの自校のコースを見て、当日の日付をたどりながら献立を見ていきます。学校名は次のとおりです。

Aコース…吉之元小、西岳小、五十市小、大王小、上長飯小、明道小、安久小

Bコース…川東小、梅北小、今町小、乙房小、沖水小、祝吉小

Cコース…庄内小、菓子野小、明和小、南小、東小、西小

～ お知らせ ～

☆ 9月7日(月)～11日(金)のジョア(マスカット)は、業者から学校へ直送します。

☆ 9月24日(木)～25日(金)の月見団子汁に入っている「ひとくちいももち」は、よくかんで食べましょう。

A	B	C	献立名	食 材 料			アレルギー表示		栄養価	栄養価	
			主食およびおかず	血や肉になるもの (赤)	力や熱になるもの (黄)	からだの調子をととのえるもの (緑)	調味料・その他	★義務 9品目	☆推奨 20品目	エネルギー (Kcal) たんぱく質 (g)	脂質 (g) 食塩相当量 (g)
全給食日			牛乳	ぎゅうにゅう				乳	—		
9/14 月	9/15 火	9/16 水	こくとうパン	だっしふんにゅう	こむぎこ くらざとう さとう ショートニング		塩 イースト	小麦乳	—		
			タンドリーチキン	とりにく プレーンヨーグルト	こめあぶら		にんにく しょうが カレー粉 ケチャップ 濃口	乳小麦	鶏肉大豆	585	21.5
			かぼちゃサラダ		たまごふしようマヨネーズ	かぼちゃ きゅうり	塩 酢 淡口	小麦	大豆	27.9	3.2
			いろうどりやさいスープ	ベーコン ぶたにく	さとう みずあめ	にんじん たまねぎ スイートコーン しめじ ほうれんそう	野菜パイオン 淡口 塩	小麦	豚肉大豆		
					こめ		塩 香辛料	—	—		
9/15 火	9/16 水	9/17 木	しろごはん		こめ			—	—	585	18.9
			いわしおかに	いわし おかつおぶし	でんぶん さとう		みりん しょうゆ 塩	小麦	大豆	23.4	2.2
			ひじきのいために	ぶたにく だいず ひじき	さんおんとう こめあぶら	にんじん あおまめ	濃口 みりん	小麦	豚肉・大豆		
			さといものみそしる	あぶらあげ とうふ みそ	さといも	にんじん たまねぎ ねぎ	煮干しだし	—	大豆		
9/16 水	9/17 木	9/18 金	コッペパン	だっしふんにゅう	こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦乳	—		
			いちごジャム		いちごジャム みずあめ さとう	いちご	紅麴色素	—	—	586	18.5
			ミートボールと まめのトマトに	だいず ミートボール ぶたにく とりにく だいず	じゃがいも さんおんとう パンこ でんぶん とんし だいずゆ なたねあぶら	たまねぎ グリンピース トマト たまねぎ ブルーン	デミグラス チキンスープ 塩 こしょう ウスター ケチャップ 赤ワイン 塩 香辛料 かつおだし しょうが	小麦	鶏肉 豚肉大豆	24.6	3.0
			カルシウムたっぷりサラダ	ちりめん わかめ ナチュラルチーズ	こめあぶら さんおんとう	キャベツ にんじん きゅうり	淡口 酢	乳・小麦	大豆		
					こめ			—	—		
9/17 木	9/18 金	9/14 月	ほいこうろう	ぶたにく あかみそ きぬあつあげ とうにゅう	こめあぶら さんおんとう でんぶん でんぶん だいずゆ なたねあぶら	にんじん たけのこ キャベツ ピーマン ほししいたけ	酒 濃口 しょうが にんにく 豆板醤 オイスター	小麦	豚肉大豆	587	16.8
			ちゅうかコーンスープ	とりにく	じゃがいも でんぶん	にんじん たまねぎ クリームコーン スイートコーン パセリ	中華だし 塩 こしょう 淡口	小麦	鶏肉大豆	23.0	2.2
								—	—		
9/18 金	9/14 月	9/15 火	しろごはん		こめ			—	—		
			たにんどん	ぶたにく たまご かまぼこ たら	こめあぶら さんおんとう でんぶん さとう	たまねぎ にんじん ほししいたけ ねぎ いとこんにやく	しょうが 酒 かつおだし 淡口 みりん 塩 コチニール色素	卵小麦	豚肉大豆	585	18.1
			ごまずあえ	まぐろみずに まぐろ	さんおんとう すりごま	キャベツ にんじん きゅうり スイートコーン	淡口 酢 塩 野菜エキス	小麦	大豆ごま	25.3	1.8
	9/24 木	9/25 金	げんりょうミルクパン	だっしふんにゅう ぜんふんにゅう	ミルクパン こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦乳	—		
			やさいたっぷり ミートビーンズズパゲティ	ぶたにく だいず	スパゲティ さんおんとう	たまねぎ トマト なす ピーマン しめじ にんじん グリンピース	塩 にんにく しょうが 赤ワイン ケチャップ ウスター こしょう	小麦	豚肉大豆	585	17.0
			かいそうサラダ	わかめ くきわかめ あかかえでのり いろつきかまぼこ たら ホキ	さんおんとう でんぶん さとう みずあめ えごまゆ	かんてん キャベツ きゅうり にんじん	淡口 酢 かつおだし 塩 紅麴色素	小麦	大豆	25.3	3.0
9/25 金		9/24 木	しろごはん		こめ			—	—		
			まぐろカツ	まぐろ だいず	こめあぶら パンこ でんぶん しょうぶつゆし さとう こむぎこ	たまねぎ	みりん しょうゆ しょうが ほたてエキス 塩	小麦	大豆	620	16.7
			ぬたいも	ぎょうじしよく じゅうごや	さといも さんおんとう でんぶん ひとくちいもち(かぼちゃ)	あおまめ だいこん にんじん えのきたけ ねぎ	みりん 和風だし かつおだし みりん 淡口	—	大豆	20.2	2.2
			つきみだんごじる	とりにく あぶらあげ	じゃがいも でんぶん こめあぶら こむぎこ かぼちゃ	かぼちゃ	かつおだし みりん 淡口 塩	小麦	鶏肉大豆		
9/24 木	9/25 金		しろごはん		こめ			—	—		
			ごまみそに	あげボール とりにく あかみそ だいず いとよりたい たら きぬあつあげ みそ とうにゅう	さといも さんおんとう すりごま でんぶん さとう だいずゆ でんぶん だいずゆ なたねあぶら	にんじん ごぼう さやいんげん ごぼう たまねぎ にんじん	濃口 塩 塩	小麦	鶏肉大豆ごま	586	13.2
			きりぼしだいこんの すのもの	いとかまぼこ たら	さんおんとう でんぶん さとう	きりぼしだいこん にんじん きゅうり	酢 淡口 みりん 塩 かつおだし こんぶだし	小麦	大豆	23.5	2.6
9/28 月	9/29 火	9/30 水	こめこパン	だっしふんにゅう	こむぎこ こめこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦乳	—		
			とうふのちゅうかに	とうふ ぶたにく	でんぶん さんおんとう	たまねぎ にんじん キャベツ たけのこ ほししいたけ あおまめ	淡口 こしょう 中華だし オイスター 塩	小麦	大豆豚肉	587	22.6
			バンバンジー	ささみみずに とりにく	さんおんとう すりごま さとう	きゅうり にんじん りょくとうもやし かんてん	香りがまドレッシング 淡口 酢 塩 酢 たまねぎ粉 こしょう	小麦	鶏肉・ごま大豆	31.5	2.9
9/29 火	9/30 水	10/1 木	しろごはん		こめ			—	—		
			かぼちゃのそぼろに	とりにく あぶらあげ	さんおんとう	にんじん たまねぎ かぼちゃ さやいんげん	濃口 みりん	小麦	鶏肉大豆	596	18.2
			ごじる	きぬあつあげ ご(だいず) みそ とうにゅう	じゃがいも でんぶん だいずゆ なたねあぶら	にんじん ごぼう ねぎ	煮干しだし 塩	—	大豆	21.7	2.3
9/30 水	10/1 木	10/2 金	コッペパン	だっしふんにゅう	コッペパン こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦乳	—		
			たらとさつまいもの あげに	たら(こなつき) たら	さつまいも こめあぶら さんおんとう こめこ とうもろこしこ でんぶん	グリンピース にんじん とうもろこし	濃口 みりん	小麦	大豆	592	18.6
			チキンチョールバ	とりにく	じゃがいも オリーブゆ さんおんとう	にんじん たまねぎ セロリー トマト パセリ	丸鶏がらスープ 塩 こしょう チキンスープ レモン汁	—	鶏肉	23.0	2.7
10/1 木	10/2 金	9/28 月	しろごはん		こめ			—	—		
			ぶたキムチ	ぶたにく だいず	こめあぶら さとう	たまねぎ にんじん りょくとうもやし はくさいキムチ キャベツ にら たまねぎ トマト はくさい	にんにく 酒 濃口 酒 酢とうがらしにんにくパブリカ色素 塩	小麦	豚肉大豆	586	18.7
			たまごスープ	とりにく とうふ たまご	でんぶん	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	チキンスープ 野菜パイオン 塩 淡口	小麦・卵	鶏肉・大豆	27.6	2.2
10/2 金	9/28 月	9/29 火	しろごはん		こめ			—	—		
			ハヤシライス	ぎゅうにく		たまねぎ にんじん エリンギ トマト グリンピース	Fハヤシルウ ケチャップ 赤ワイン ウスター 塩	小麦	牛肉大豆	585	18.9
			やさいサラダ		さんおんとう	キャベツ きゅうり スイートコーン にんじん	日向夏ドレッシング 淡口 酢	小麦	大豆	19.5	2.2

今日の調味料

淡口(しょうゆ)小麦大豆塩

濃口(しょうゆ)大豆小麦塩

みそ大麦大豆塩

赤みそ大豆大麦塩

酒米米麴砂糖塩水あめ

みりんもち米米麴砂糖

チキンスープ鶏肉

豚清湯(ガラスープ)豚肉

豆板醤唐辛子そら豆塩酒

中華だし(の素)塩でん粉砂糖にんにく粉白菜粉しょうが粉植物油脂香辛料

丸鶏がらスープ塩なたね油たまねぎにんじんキャベツこしょうチキンエキス

野菜パイオン塩砂糖トマト粉たまねぎ粉にんにく粉米油香辛料

赤ワイン赤ワイン塩砂糖ベリー色素

白ワイン白ワイン塩砂糖

デミグラス(ソース)小麦粉ラードトマトたまねぎ鶏肉にんじん砂糖でん粉塩黒こしょう植物油脂

和風だし(の素)砂糖塩かつお粉かつおだし昆布だし

レモン汁レモン

カレー(フレーク)Nでん粉パーム油なたね油砂糖塩カレー粉さつまいも粉トマト粉たまねぎ粉カラメル色素香辛料

ウスター(ソース)砂糖酢塩たまねぎ香辛料トマトカラメル色素

オイスター(ソース)カキ砂糖酢塩でん粉カラメル色素

Fカレー(フレーク)小麦粉ラード塩カレー粉砂糖たまねぎにんにくトマト大豆香辛料カラメル色素パーム油

(トマト)ケチャップトマト砂糖酢塩たまねぎ香辛料

卵不使用マヨネーズ植物油脂水あめ砂糖塩酢でん粉大豆香辛料

とろけるカレーD小麦粉パーム油なたね油砂糖とうもろこし粉塩カレー粉さつまいも粉白菜粉香辛料キャベツ粉たまねぎ粉カラメル色素

香りがまドレッシングなたね油ごま油砂糖水あめしょうゆ酢塩ごま

Fハヤシルウ小麦粉ラードパーム油塩砂糖トマトたまねぎ粉にんにく粉香辛料カラメル色素大豆

コールスロードレッシング植物油脂酢砂糖水あめ塩レモン汁パインアップル果汁たまねぎ香辛料

麻婆豆腐の素しょうゆ砂糖にんにくしょうが塩みそラージャンチキンエキスでん粉ポークエキスカラメル色素酒ゼラチン

日向夏ドレッシングなたね油大豆油日向夏みかん果汁酢しょうゆからし

冷やし中華のつゆ砂糖しょうゆ酢塩ごま油香辛料カラメル色素りんご酢なたね油