

9月分予定献立表
9月1日(火)～ 9月15日(火)

※牛乳【アレルギー：乳】（赤の仲間）は毎日つきます。 ※食材入荷の都合により、献立及び食材を変更すること。

日	主食およびおかず	あか 赤の仲間	き 黄の仲間	みどり 緑の仲間	ちようみりよう 調味料その他	アレルギー表示		エネ たんばく 質 脂質 食塩		お知らせと 調味料の原材料表	
		ち 血や肉になる	ねつ 熱や力の元になる	からだ 体の調子を整える		義務9品目	推奨20品目	小	中		
1 火	こめこ 米粉パン	だっしふんにゅう	こめこミックス ショートニング さとう		塩 イースト	小麦乳	－	585 25.2 19.2 3.2	723 31.1 22.9 3.9	《お知らせ》 ○ 給食は落ち着いた 雰囲気のでよく噛 んで食べましょう。	
	ミートソーススパゲティ	ぶたひきにく	スパゲティ さんおんとう こめあぶら	たまねぎ にんじん しめじ トマトピューレ	にんにく ケチャップ デミグラスソース 赤ワイン コンソメ 塩 ウスターソース	小麦	鶏肉 豚肉				
	ベーコンとキャベツのスープ	ベーコン		にんじん たまねぎ キャベツ パセリ	ガラスープ コンソメ 淡口しょうゆ 塩 白ワイン	小麦	大豆 鶏肉 豚肉				
2 水	むぎ 麦ごはん		こめ むぎ			－	－	625 29.7 14.5 2.7	764 35.2 16.2 3.5	【料理酒】 清酒 醸造アルコール 塩 《アレルギー：なし》	
	けいはんぐ 鶏飯の具	とりささみみずに きんしたまご	【きんしたまご】鶏卵 醤油 砂糖 かっ お 煮干し でんぶん なたね油《アレ ルギー：小麦 卵 大豆》	さんおんとう	しいたけ にんじん ねぎ さやいんげん たくあん	【たくあん】だいこ ん 砂糖 醤油 塩 《アレルギー： 小麦》	小麦卵			大豆 鶏肉	【みりん】 本みりん 液状ブドウ糖 醸造 アルコール 水《アレルギー： なし》
	タラの南蛮漬け	タラ	でんぶん さんおんとう こめあぶら	ピーマン にんじん たまねぎ	料理酒 米酢 淡口しょうゆ	小麦	大豆				
3 木	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	－	575 23.1 24.0 2.7	734 29.0 29.4 3.5	【赤ワイン・白ワイン】 ぶどう果汁 砂糖 塩 アル コール《アレルギー：なし》	
	ハムカツ	ハムカツ とりにく ぶたにく	パンこ しょうぶつゆ こめあぶら		塩 香辛料	小麦	鶏肉 豚肉			【米酢】 米 アルコール 《アレルギー：なし》	
	イタリアン ドレッシングサラダ	まぐろみずに	さんおんとう こめあぶら	にんじん きゅうり キャベツ	イタリアンドレッシング 塩 米酢	－	－			【イタリアンドレッシング】 なたね油 砂糖 醸造酢 塩 たまねぎ 香味油 酵母エキ スパウダー にんにく バジル セロリ 黒こしょう トマト《アレ ルギー：なし》	
	きのこスープ	とりにく	こめあぶら	えのきたけ しめじ にんじん たまねぎ ほうれんそう パセリ	ガラスープ コンソメ こしょう 淡口しょうゆ 塩 白ワイン	小麦	大豆 鶏肉 豚肉			【オイスターソース】 オイスターエキス 砂糖 塩 《アレルギー：なし》	
4 金	ごはん		こめ			－	－	593 21.8 20.1 1.9	743 26.4 22.9 2.2	【オイスターソース】 オイスターエキス 砂糖 塩 《アレルギー：なし》	
	チンジャオロース	ぎゅうにく	さんおんとう こめあぶら こまあぶら	ピーマン にんじん たけのこ もやし	にんにく しょうが オイスターソース みりん 料理酒 濃口しょうゆ	小麦	大豆 牛肉 ごま			【わかめごはんの素】 塩蔵わかめ 塩 砂糖 酵母エキス 《アレルギー：なし》	
	マロニー入り野菜スープ	とりにく	マロニー	たまねぎ にんじん ちんげんさい パセリ	ガラスープ 野菜パイオン 淡口しょうゆ 塩	小麦	大豆 鶏肉			【トウバンジャン】 塩蔵唐辛子 そら豆加工品 乾燥唐辛子 食塩 清酒《アレ ルギー：なし》	
7 月	ごはん		こめ			－	－	592 24.3 18.1 1.9	744 29.0 20.4 2.1	【カレー粉】 ターメリック コリアンダー クミ ン こしょう 唐辛子 品物 そ の他香辛料 《アレルギー：なし》	
	まいぼーどうふ 麻婆豆腐	ぶたひきにく とうふ むぎみそ あかみそ	さんおんとう でんぶん	たけのこ たまねぎ にんじん しいたけ にら	にんにく しょうが 料理酒 濃口しょうゆ みりん 麻婆ソース	小麦	大豆 豚肉 鶏肉 ゼラチン			【トウバンジャン】 塩蔵唐辛子 そら豆加工品 乾燥唐辛子 食塩 清酒《アレ ルギー：なし》	
	バンバンジーサラダ	とりささみみずに	さんおんとう こま こまあぶら	きゅうり にんじん キャベツ	米酢 淡口しょうゆ	小麦	大豆 鶏肉 ごま			【わかめごはんの素】 塩蔵わかめ 塩 砂糖 酵母エキス 《アレルギー：なし》	
8 火	こくとう 黒糖パン	だっしふんにゅう	こむぎこ さとう くらざとう ショートニング		塩 イースト	小麦乳	－	576 27.4 23.4 3.1	711 32.9 26.9 3.8	【カレー粉】 ターメリック コリアンダー クミ ン こしょう 唐辛子 品物 そ の他香辛料 《アレルギー：なし》	
	タンドリーチキン	とりにく ヨーグルト			料理酒 カレー粉 にんにく しょうが ケチャップ 塩	乳	鶏肉			【トウバンジャン】 塩蔵唐辛子 そら豆加工品 乾燥唐辛子 食塩 清酒《アレ ルギー：なし》	
	グリーンサラダ		さんおんとう こめあぶら	きゅうり ブロッコリー コーン にんじん	レモン果汁 米酢 淡口しょうゆ	小麦	大豆			【わかめごはんの素】 塩蔵わかめ 塩 砂糖 酵母エキス 《アレルギー：なし》	
	やさしい 野菜スープ	ベーコン		たまねぎ にんじん ほうれんそう しめじ	ガラスープ 洋風スープの素 淡口しょうゆ 塩	小麦	大豆 豚肉 鶏肉 ゼラチン			【わかめごはんの素】 塩蔵わかめ 塩 砂糖 酵母エキス 《アレルギー：なし》	
9 水	わかめごはん		こめ		わかめごはんのもと	－	－	568 21.8 6.0 3.2	714 26.0 18.0 3.8	【わかめごはんの素】 塩蔵わかめ 塩 砂糖 酵母エキス 《アレルギー：なし》	
	だいず 大豆とじゃがいもの磯煮	とりにく ひじき さつまあげ だいすみずに	じゃがいも さんおんとう こめあぶら	にんじん あおまめ	濃口しょうゆ みりん	小麦	大豆 鶏肉			【トウバンジャン】 塩蔵唐辛子 そら豆加工品 乾燥唐辛子 食塩 清酒《アレ ルギー：なし》	
	あつあげ 厚揚げと小松菜のみそ汁	あつあげ むぎみそ		たまねぎ にんじん こまつな	煮干だし	－	大豆			【トウバンジャン】 塩蔵唐辛子 そら豆加工品 乾燥唐辛子 食塩 清酒《アレ ルギー：なし》	
10 木	ミルクパン	だっしふんにゅう ぎゅうにく	こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦乳	－	663 30.1 28.1 3.4	826 36.7 33.2 4.3	主な加工品	
	とりにく 鶏肉のレモン和え	とりにく	さんおんとう でんぶん こめあぶら	コーン あおまめ	塩 こしょう 料理酒 レモン果汁 濃口しょうゆ	小麦	大豆 鶏肉				
	ラビオリスープ	ベーコン	ラビオリ	【ラビオリ】小麦 鶏肉 豚 肉 玉ねぎ パン粉 大豆 ラード 塩 砂糖 香辛料 《アレルギー：小麦 豚肉 鶏肉 大豆》	たまねぎ にんじん こまつな ブロッコリー	小麦	大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン				
11 金	ごはん		こめ			－	－	592 23.8 19.4 2.4	746 28.5 22.1 2.7	【ベーコン】 豚ばら肉 砂糖 塩 香辛料 《アレルギー：豚肉 大豆》	
	ぶたにく 豚肉のプルコギ	ぶたにく	さんおんとう ごま こまあぶら こめあぶら	たまねぎ にんじん もやし しいたけ	にんにく しょうが 濃口しょうゆ 淡口しょうゆ 料理酒 トウバンジャン	小麦	大豆 豚肉 ごま			【ハム】 豚ロース肉 砂糖 塩 香辛 料《アレルギー：豚肉》	
	くるまふとりにくのにくだんご 車麩と鶏肉の肉団子スープ	【くるまふとりにくのにくだんご】鶏肉 なたね油 醤油 塩 香辛料 《アレ ルギー：小麦 大豆 鶏肉》		たまねぎ にんじん キャベツ えのきたけ パセリ	ガラスープ 洋風スープの素 淡口しょうゆ 塩 こしょう	小麦	大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン			【ハム】 豚ロース肉 砂糖 塩 香辛 料《アレルギー：豚肉》	
14 月	ごはん		こめ			－	－	571 22.4 18.0 2.4	721 26.6 19.5 2.8	【とりささみみずに】 鶏肉 野菜エキス 塩 でん 粉 《アレルギー：鶏肉》	
	に みそ煮	とりにく あつあげ にんじんがたさつまあげ むぎみそ	【にんじんがたさつまあげ】魚肉 水あめ 人参 ほうれん草 でん ぶん 塩 大豆油 着色料《アレ ルギー：大豆》	じゃがいも さんおんとう こめあぶら	ごぼう	しょうが 濃口しょうゆ 料理酒 みりん	小麦			大豆 鶏肉	【かまぼこ】 たら 砂糖 塩 でんぶん コ チニール色素《アレルギー：な し》
	わかめスープ	わかめ かまぼこ とうふ	ごま こまあぶら	にんじん たまねぎ もやし ねぎ	ガラスープ 野菜パイオン 料理酒 淡口しょうゆ 塩 こしょう	小麦	大豆 鶏肉 ごま			【かまぼこ】 たら 砂糖 塩 でんぶん コ チニール色素《アレルギー：な し》	
15 火	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	－	594 24.0 19.3 2.8	749 29.8 23.1 3.7	【さつまあげ】 スケソウ タチウオ イトヨリ 他 でんぶん 大豆たん白 玉 ねぎ 砂糖 大豆油 塩《アレ ルギー：大豆》	
	ハンバーグデミグラスソース	ハンバーグ	【ハンバーグ】豚肉 鶏肉 玉ねぎ 大豆 でんぶん 塩 チキンパイオン ポークエキ ス 《アレルギー：大豆 鶏肉 豚肉》	さんおんとう	たまねぎ	デミグラスソース トマトソース ケチャップ ウスターソース	小麦			大豆 鶏肉 豚肉	【まぐろみずに】 きはだまぐろ 塩 野菜エキス 《アレルギー：なし》
	フルーツカクテル		ぶどうゼリー （きよほう マスカット） 【ぶどうゼリー】砂糖 ぶどう果汁 香料 クチナシ 紅麹 《アレ ルギー：なし》	みかん もも パイン		－	もも			【まぐろみずに】 きはだまぐろ 塩 野菜エキス 《アレルギー：なし》	
	やさしい 野菜スープ	とりにく		たまねぎ にんじん ちんげんさい	ガラスープ 洋風スープの素 淡口しょうゆ 塩	小麦	大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン				

9月分予定献立表
9月16日(水)～9月30日(水)

令和8年度 山田学校給食センター

※牛乳【アレルギー：乳】（赤の仲間）は毎日つきます。 ※食材入荷の都合により、献立及び食材を変更すること

日	主食およびおかず	赤の仲間		黄の仲間		緑の仲間		調味料その他	アレルギー表示		エネルギーたんぱく質脂質食塩		お知らせと調味料の原材料表
		ちにく血や肉になる	なかつちからもと熱や力の元になる	からだちよしととの体の調子を整える	義務9品目	推奨20品目	小		中				
16	減量ごはん	★ひむか地産地消の日★ じゃこ天ぷら		こめ				—	—	615 23.2 16.8 2.4	755 27.5 18.9 2.9	《お知らせ》 ＊給食のパンは、一口分ずつちぎって食べましょう。	
水	豚肉のスタミナ炒め	ぶたにく	さんおんとう こめあぶら	キャベツ たまねぎ にんじん	しょうが にんにく 料理酒 濃口しょうゆ 淡口しょうゆ 塩	小麦	大豆 豚肉	624 22.4 25.2 2.7	780 27.2 29.6 3.1				
	じゃこ天うどん	とりにく じゃこてんぷら	【じゃこてんぷら】アジ トビウオ エソ ヒメジ タイ タチウオ でん粉 なたね油 塩《アレルギー：なし》	うどん	にんじん ししいたけ ねぎ	小麦	大豆 鶏肉						
17	黒糖パン	だっしふんにゅう		こむぎこ さとう くるざとう ショートニング		塩 イースト	小麦乳	—	806 28.3 34.6 2.4	1000 35.0 41.0 3.0	【クリームポタージュの素】 小麦 ホエイパウダー 植物油 コーンスターチ 脱脂粉乳 ぶどう糖 塩 砂糖 野菜パウダー 全粉乳 豚脂 ポークエキス《アレルギー：小麦 乳 大豆 豚肉》		
木	人参ポタージュ	とりにく ぎゅうにゅう しろいんげんまめペースト	じゃがいも なまクリーム	にんじん たまねぎ パセリ にんじんピューレ	クリームポタージュの素 塩 ガラスープ	小麦乳	大豆 豚肉 鶏肉	【和風ドレッシング】 大豆油 なたね油 酢 砂糖 醤油 玉ねぎ 塩 マスタード こしょう にんにく 《アレルギー：小麦 大豆 豚肉 りんご》					
	ひじきとハムの和風サラダ	ハム ひじき		コーン きゅうり にんじん	和風ドレッシング	小麦	大豆 豚肉 りんご					【具沢山ドレッシングオニオン】 なたね油 大豆油 砂糖 酢 たまねぎ酢漬 塩 にんにく 香辛料 《アレルギー：大豆 りんご》	
18	減量ごはん	夏尾小 リクエスト給食		こめ			—	—	806 28.3 34.6 2.4	1000 35.0 41.0 3.0	【卵不使用マヨネーズ】 大豆油 なたね油 酢 塩 砂糖 大豆たん白 マスタード 《アレルギー：大豆》		
金	鶏の唐揚げ（2個）	とりにく	こむぎこ でんぷん こめあぶら		にんにく しょうが 淡口しょうゆ 濃口しょうゆ 料理酒	小麦	大豆 鶏肉	【たまねぎドレッシング】 酢 しょうゆ 植物油脂 玉ねぎ 砂糖 ししいたけ かつおだし にんにく 《アレルギー：小麦 大豆 豚肉》					
	チーズサラダ	ハム チーズ		きゅうり ブロッコリー にんじん コーン	具沢山ドレッシングオニオン	乳	大豆 鶏肉 りんご					【バーモントカレー】 小麦 豚脂 砂糖 塩 カレー粉 でん粉 玉ねぎ トマト 脱脂粉乳 チーズ パナナペースト 醤油 はちみつ りんご ココア 豚エキス 《アレルギー：小麦・乳・大豆・バナナ・鶏肉・豚肉・りんご》	
	ワンタンスープ	とりひきにく	ワンタン ごま ごめあぶら こめあぶら	にんじん たまねぎ ちんげんさい	料理酒 しょうが ガラスープ 丸鶏ガラスープ 淡口しょうゆ	小麦	大豆 鶏肉 ごま						【とろけるカレー】 小麦粉 食用油脂 砂糖 でん粉 塩 カレー粉 さつまいも 白菜 キャベツ 玉ねぎ 香辛料《アレルギー：小麦》
		焼きプリンタルト	たまご だっしふんにゅう	やきプリンタルト マーガリン さとう こむぎこ		塩	小麦 卵 乳	大豆					
21	敬老の日												【卵不使用マヨネーズ】 大豆油 なたね油 酢 塩 砂糖 大豆たん白 マスタード 《アレルギー：大豆》
22	国民の休日												
23	秋分の日												【たまねぎドレッシング】 酢 しょうゆ 植物油脂 玉ねぎ 砂糖 ししいたけ かつおだし にんにく 《アレルギー：小麦 大豆 豚肉》 【バーモントカレー】 小麦 豚脂 砂糖 塩 カレー粉 でん粉 玉ねぎ トマト 脱脂粉乳 チーズ パナナペースト 醤油 はちみつ りんご ココア 豚エキス 《アレルギー：小麦・乳・大豆・バナナ・鶏肉・豚肉・りんご》 【とろけるカレー】 小麦粉 食用油脂 砂糖 でん粉 塩 カレー粉 さつまいも 白菜 キャベツ 玉ねぎ 香辛料《アレルギー：小麦》
24	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	—	621 23.8 23.7 2.8	754 29.0 27.2 3.5				
	春雨のピリ辛炒め	ぶたにく	はるさめ さんおんとう ごま ごめあぶら こめあぶら	たまねぎ にんじん キャベツ	にんにく しょうが みりん 濃口しょうゆ トウバンジャン 淡口しょうゆ	小麦	大豆 豚肉 ごま			【とろけるカレー】 小麦粉 食用油脂 砂糖 でん粉 塩 カレー粉 さつまいも 白菜 キャベツ 玉ねぎ 香辛料《アレルギー：小麦》			
		にら玉スープ	とりにく とうふ たまご	でんぷん	にら たまねぎ にんじん えのきたけ	ガラスープ 中華だし 淡口しょうゆ 塩 料理酒	小麦 卵				大豆 鶏肉		
	チョコレートネオソフト	だっしふんにゅう	チョコレートネオソフト みずあめ さとう ショートニング こむぎこ		ココア 塩 乳化剤	小麦乳	—						
25	きのこごはん	とりにく	こめ さんおんとう こめあぶら	しいたけ しめじ まいだけ にんじん ごぼう あおまめ	濃口しょうゆ 淡口しょうゆ 料理酒 みりん	小麦	大豆 鶏肉	668 24.6 21.3 2.8	766 28.6 24.4 3.5	【とろけるカレー】 小麦粉 食用油脂 砂糖 でん粉 塩 カレー粉 さつまいも 白菜 キャベツ 玉ねぎ 香辛料《アレルギー：小麦》			
金	さんまみぞれ煮	さんまみぞれに さんま	さとう でんぷん	だいこん	しょうゆ みりん 塩	小麦	大豆				【とろけるカレー】 小麦粉 食用油脂 砂糖 でん粉 塩 カレー粉 さつまいも 白菜 キャベツ 玉ねぎ 香辛料《アレルギー：小麦》		
	豆腐とわかめのみそ汁	とうふ わかめ あぶらあげ むぎみそ	たまねぎ にんじん だいこんば		煮干だし	—	大豆						
	お月見だいふく	とうにゅう	おつきみだいふく とうにゅうクリーム さとう こめこ さつまいも			—	大豆						
28	ごはん		こめ			—	—	606 22.0 17.9 2.0	762 26.1 20.4 2.2				
月	かぼちゃそぼろ煮	ぶたひきにく あつあげ	さんおんとう こめあぶら	たまねぎ にんじん かぼちゃ あおまめ いとこんにやく	しょうが 料理酒 濃口しょうゆ 淡口しょうゆ みりん	小麦	大豆 豚肉						
	さつま汁	とりにく とうふ むぎみそ	さつまいも	にんじん だいこん ねぎ	煮干だし しょうが 料理酒	—	大豆 鶏肉						
29	チーズパン	だっしふんにゅう こなチーズ	こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦乳	—	661 27.6 27.9 2.8	828 33.8 33.9 3.7				
火	ポークビーンズ	ぶたにく ベーコン だいたすみに	じゃがいも さんおんとう	たまねぎ にんじん パセリ トマトピューレ	ケチャップ デミグラスソース ウスターソース 赤ワイン 塩 こしょう	小麦	大豆 豚肉 鶏肉						
	ごぼうサラダ	まぐろみずに	卵不使用マヨネーズ	ごぼう にんじん きゅうり	淡口しょうゆ	小麦	大豆						
30	麦ごはん	★ベジ活の日★ 小学校 120g 中学校 145g		こめ むぎ			—	—	638 20.3 20.3 2.8	784 24.6 23.2 3.2			
水	チキンカレー	とりにく しろいんげんまめペースト	じゃがいも こめあぶら	にんじん たまねぎ すりおろしりんご	ガラスープ バーモントカレールウ とろけるカレールウ	小麦乳	大豆 鶏肉 豚肉 パナナ りんご						
	ちりめんサラダ	にぼしちりめん		キャベツ きゅうり にんじん	和風ドレッシング	小麦	大豆 豚肉 りんご						

よく使用する調味料の原材料表示

むぎみそ 大麦 大豆 塩 水あめ たん白加水分解物 酒精 調味料 甘草 《アレルギー：大豆》	あかみそ 大麦 大豆 塩 酒精 《アレルギー：大豆》	濃口しょうゆ 大豆 小麦 塩 アルコール 《アレルギー：小麦 大豆》	淡口しょうゆ 大豆 小麦 塩 アルコール 《アレルギー：小麦 大豆》	ケチャップ トマト 砂糖 酢 塩 玉ねぎ 香辛料 《アレルギー：なし》	デミグラスソース 小麦粉 ラード 玉ねぎ チキン エキス にんじん 砂糖 でん粉 塩 香辛料 《アレルギー：小麦 鶏肉》	トマトソース トマト 玉ねぎ 大豆油 砂糖 にんにく 植物油 塩 《アレルギー：大豆》
ウスターソース 砂糖 塩 玉ねぎ 酢 香辛料 トマト カラメル色素 《アレルギー：なし》	野菜ブイヨン 塩 砂糖 たまねぎ にんにく 植物油 トマト 香辛料 《アレルギー：なし》	丸鶏がらスープ 塩 チキンエキス 鶏脂 玉ねぎ にんじん キャベツ 香辛料 丸鶏パウダー 《アレルギー：鶏肉》	がらスープ チキンエキス 《アレルギー：鶏肉》	コンソメ 塩 砂糖 鶏肉 魚醤 香辛料 トマト 玉ねぎ 《アレルギー：鶏肉 豚肉》	洋風スープ 砂糖 塩 でんぷん ラード トマト かつおエキス 豚肉 大豆 香辛料《アレルギー：大豆 豚肉 ゼラチン》	中華だし 塩 でんぷん 砂糖 にんにく はくさい しょうが 香味食用油 香辛料《アレルギー：なし》