



令和6年9月 給食献立表



大田区立田園調布小学校

日	曜	主食・主菜	副菜・デザート	牛乳	(赤の食品) 血や肉になる	(黄の食品) 熱や力になる	(緑の食品) 体の調子を整える	ひとこと
3	火	ポークカレーライス	ツナ入りサラダ くだもの	ぶたにく ○ ツナ 牛乳		米 麦 油 じゃが芋 米粉	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ セロリ きゃべつ コーン きゅうり くだもの	今月の給食目標 ＜低学年＞ たべおわたたら しずかにまとう ＜中学年＞ 食後の休養について 考えよう ＜高学年＞ 食後の休養について 考えよう
4	水	プルコギ丼 韓国料理	とうふときのこのスープ れいとうみかん	ぶたにく とりにく ○ とうふ 牛乳		米 麦 油 片栗粉	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ もやし にら えのき 長ねぎ みかん	
5	木	こくとうパン やさいのグラタン	はくさいのスープ くだもの	とりにく ベーコン ○ チーズ 白いんげん豆 牛乳		こくとうパン 油 米粉 じゃが芋	にんじん 玉ねぎ マッシュルーム かぼちゃ コーン はくさい パセリ くだもの	
6	金	ごはん さいきょうや サバの西京焼き	けんちん汁 もやしのサラダ	とりにく サバ ○ あぶらあげ みそ 牛乳		米 麦 油 じゃが芋	しょうが にんにく にんじん だいこん ごぼう 長ねぎ きゅうり もやし	
9	月	ジャージャーめん	だいがく芋 秋の味覚	ぶたにく ○ みそ 牛乳		ちゅうかめん さつま芋 かたくり粉 さとう 油	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ たけのこ しいたけ もやし きゅうり にら	今月の 年中行事 9日 重陽の節句 (菊の花) 17日 十五夜 (団子) 給食に出ます。 20～26日 秋の彼岸 (おはぎ)
10	火	きじやき丼	すまし汁 中華風きゅうり	とりにく わかめ ○ とうふ のり 牛乳		米 麦 油 かたくり粉 さとう	しょうが だいこん にんじん えのき 長ねぎ こまつな きゅうり	
11	水	セサミトースト ポークビーンズ	クルトンサラダ	ベーコン ぶたにく ○ きんとき豆 大豆 牛乳		しよくパン 油 バター ごま さとう じゃが芋 米粉	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ とうもろこし じゃがいも マッシュルーム トマト缶 ビーマン きゅうり	
12	木	チンジャオロースー丼 中国料理	はるさめスープ くだもの	ぶたにく とりにく ○ ベーコン とうふ 牛乳		米 麦 油 はるさめ かたくり粉	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ たけのこ ビーマン ちんげんさい くだもの	
13	金	わかめごはん 魚のみそマヨネーズ焼き	豆とん汁 きんぴらごぼう	ぶたにく メルルーサ ○ 大豆 あぶらあげ みそ 牛乳 わかめ		米 麦 油 じゃが芋 マヨネーズ	にんじん だいこん ごぼう 長ねぎ 玉ねぎ コーン たけのこ	◇くだものは、ぶどう やなしなど季節の ものを使います。
17	火	ひやし肉うどん 行事食 ～十五夜～	煮びたし 月見だんご	ぶたにく わかめ ○ あぶらあげ とうふ 牛乳		うどん 米粉 白玉粉 さとう 油	しょうが 玉ねぎ にんじん はくさい こまつな	◇材料の都合で献立を 変更することがあり ます。
18	水	カレーピラフ コーンチャウダー	パリパリサラダ	ぶたにく とりにく ○ ベーコン 白いんげん豆 牛乳 生クリーム		米 麦 油 マカロニ じゃが芋 ワンタンの皮	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ ビーマン コーン マッシュルーム きゅうり きゃべつ だいこん	
19	木	ごはん サケの香味焼き	じゃが芋のそぼろ煮 だいこんサラダ	ぶたにく サケ ○ わかめ 牛乳		米 麦 油 じゃが芋	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ 長ねぎ さやいんげん しいたけ コーン だいこん きゅうり	
20	金	マーボー豆腐丼 中国料理	はるさめサラダ くだもの	ぶたにく みそ ○ とうふ こんぶ 牛乳		米 麦 油 はるさめ かたくり粉	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ 長ねぎ にら もやし きゅうり きゃべつ くだもの	
24	火	さつま芋ごはん 秋の味覚 とり肉のごましょうゆ焼き	おふのすまし汁 ごまずあえ	とりにく ○ とうふ わかめ 牛乳		米 麦 油 さつま芋 ごま おふ	しょうが にんにく にんじん だいこん えのき こまつな 長ねぎ もやし	27日の「お魚ふりかけ」は、かんばちの身と骨をこまかいフレークにしたものです。切身にならない部分を有効活用したSDGs商品です。カルシウムとタンパク質が豊富で、魚が苦手な児童も食べやすい味付けです。
25	水	フィッシュバーガー	ABCスープ くだもの	ぶたにく ベーコン ○ サメ ひよこ豆 牛乳		まるパン マカロニ 小麦粉 パン粉 じゃが芋 油	セロリ 玉ねぎ にんじん きゃべつ トマト缶 ビーマン マッシュルーム くだもの	◇今月の平均栄養価◇ エネルギー 604kcal たんぱく質 23.3g カルシウム 329mg 塩分 2.0g
26	木	ごはん サンマのかばやき 秋の味覚	じゃが芋のみそ汁 いそあえ	サンマ わかめ のり ○ あぶらあげ みそ 牛乳		米 麦 油 かたくり粉 さとう じゃが芋	しょうが 玉ねぎ にんじん こまつな きゃべつ えのき	
27	金	お魚ふりかけごはん あつあげの煮物	こんにやくサラダ サイダー寒	かんばち ぶたにく ○ あつあげ 牛乳		米 麦 油 ごま さとう かたくり粉 サイダー	しょうが にんじん 玉ねぎ しいたけ たけのこ にら きゃべつ きゅうり みかん缶	
30	月	スパゲッティ ナポリタンソース	マセドアンサラダ くだもの	ぶたにく ウィナー ○ きんとき豆 牛乳		スパゲッティ 油 じゃが芋 米粉	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ セロリ マッシュルーム ビーマン トマト缶 きゅうり えだまめ くだもの	
10/1 (火)		つくね丼	さつま汁 おひたし	とりにく ぶたにく ○ あぶらあげ みそ 牛乳 のり		米 麦 油 さつま芋 かたくり粉 さとう パン粉	しょうが にんじん 玉ねぎ れんこん しいたけ だいこん ごぼう 長ねぎ きゃべつ こまつな	10月の献立は、 10月1日に配信 します。

