

日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)
<b>9月31日(月)は定期考査1日目のため、給食がありません。</b>								
1 火	ハヤシライス	○	サイコロサラダ	豚肉(薄切り) 生クリーム 牛乳 大豆	米 麦 サラダ油 三温糖 薄力粉 バター ジャガイモ 砂糖 油 デシラズ	にんにく セロリー 玉ねぎ 人参 マッシュルーム缶 きゅうり	813	
	<b>定期考査2日目(給食あり)</b>							
2 水	きなこ揚げパン	○	肉団子のスープ フルーツヨーグルト	きな粉 牛乳 豚肉(挽肉) 鶏肉(挽肉) 豆腐 プレーンヨーグルト	油 コッパン グラニュー糖 でん粉 緑豆はるさめ ごま油	ねぎ しょうが 人参 もやし 白菜 干しいたけ 小松菜 パイン缶 黄桃缶 みかん缶	731	
	<b>29.6</b>							
3 木	麻婆豆腐丼	○	中華風野菜 果物(巨峰予定)	豚肉(挽肉) 豆腐 八丁味噌 牛乳	米 麦 サラダ油 ごま(ねり) 砂糖 ごま油 でん粉 三温糖 油	にんにく しょうが 人参 玉ねぎ 葱 干しいたけ ねぎ にら きゅうり 大根 もやし 果物(巨峰予定)	745	
	<b>27.6</b>							
4 金	ごはん	○	いわしフライ 野菜のごま和え さつま芋のみそ汁	牛乳 いわし 鶏卵 油揚げ 生わかめ 白みそ 赤みそ 削り節(だし)	米 麦 油 薄力粉 生パン粉 ソフトパン粉 砂糖 白すりごま 白いりごま さつま芋	人参 もやし 小松菜 大根 えのきたけ ねぎ	791	
	<b>32.2</b>							
<b>10月の献立</b>								
7 月	ごはん	○	じゃが芋の和風カレー煮 煮びたし 焼きりんご	牛乳 豚肉(挽肉) 揚げボール 削り節(だし)	米 麦 サラダ油 じゃが芋 三温糖 でん粉 砂糖 バター	しょうが にんにく 玉ねぎ 人参 グリンピース 小松菜 キャベツ もやし りんご(加熱)	754	
	<b>24.1</b>							
8 火	ベーコンピラフ	○	白身魚のモルネソース焼き トマトマカロニスープ	ベーコン 牛乳 ホキ 調理用牛乳 ミックスチーズ 豚肉(薄切り)	米 麦 ソイレブール バター 薄力粉 オリーブ油 シェルマカロニ 砂糖	しょうが にんにく 玉ねぎ ホールコーン缶 マッシュルーム缶 グリンピース 人参 えのきたけ キャベツ トマト缶 小松菜	735	
	<b>31.8</b>							
9 水	さんまの混ぜご飯	○	野菜の甘酢あえ わかめのすまし汁 さつま芋のカップケーキ	さんま 牛乳 木綿豆腐 生わかめ 削り節(だし) 鶏卵 調理用牛乳	米 押麦 油 でん粉 三温糖 白いりごま 砂糖 薄力粉 バター さつま芋	しょうが 大根 きゅうり 人参 葱 えのきたけ 干しいたけ ねぎ	841	
	<b>22.7</b>							
<b>1年生給食提供なし</b>								
10 木	卵とじうどん	○	桜エビ入りお好み揚げ 果物(みかん予定)	鶏肉(挽肉) 油揚げ 鶏卵 削り節(だし) 牛乳 豚肉(挽肉) 切りわかめ(乾燥) 桜えび 調理用牛乳 青のり 花かつお	冷凍うどん 砂糖 でん粉 油 サラダ油 薄力粉	しょうが 人参 玉ねぎ えのきたけ 干しいたけ ねぎ 小松菜 キャベツ 果物(みかん予定)	777	
	<b>33.0</b>							
<b>1年生給食提供なし</b>								
11 金	ルーローハン	○	ナムル かぶとハムのスープ	豚肉 うすら卵缶 牛乳 ロースハム 生わかめ	米 麦 ごま油 でん粉 砂糖	にんにく しょうが 葱 干しいたけ チンゲン菜 切干し大根 人参 小松菜 もやし えのきたけ かぶ	806	
	<b>31.7</b>							
<b>1年生給食提供なし 台湾の料理 紹介献立</b>								
<b>14月</b>								
<b>スポーツの日</b>								
15 火	栗おこわ	○	秋鮭の紅葉焼き キャベツのおひたし 呉汁	牛乳 生鮭 油揚げ 木綿豆腐 調理用牛乳 大豆 白みそ 削り節(だし)	米 むぎ粟 砂糖 マヨネーズ(乳・卵不使用) 三温糖 さつま芋	人参 キャベツ ほうれん草 もやし 大根 ねぎ 小松菜	771	
	<b>29.5</b>							
<b>十三夜献立</b>								
16 水	ごはん	○	エコふりかけ おからかぼちゃコロッケ 豚汁	花かつお 刻み昆布 牛乳 豚肉(挽肉) おから 鶏卵 豚肉(薄切り) 白みそ 赤みそ 削り節(だし)	米 麦 白いりごま 砂糖 油 サラダ油 ジャガイモ ソフトパン粉 薄力粉 生パン粉	玉ねぎ かぼちゃ ごぼう 人参 大根 こんにゃく ねぎ 小松菜	792	
	<b>26.8</b>							
<b>世界食糧デー 紹介献立</b>								
17 木	ツナピザトースト	○	きのこのクリームスープ 糸寒天サラダ	ベーコン ツナ缶 糸寒天 ミックスチーズ 牛乳 鶏肉(薄切り) いんげん豆 調理用牛乳 生クリーム	食パン サラダ油 砂糖 油 ジャガイモ 薄力粉 バター	にんにく 玉ねぎ マッシュルーム缶 ビーマン 人参 えのきたけ しめじ キャベツ きゅうり むぎ枝豆	729	
	<b>30.1</b>							
18 金	中華丼	○	春雨担々スープ 果物(りんご予定)	豚肉 うすら卵缶 いか むきえび 牛乳 鶏肉(挽肉) 絹ごし豆腐 赤みそ	米 麦 サラダ油 砂糖 ごま油 でん粉 緑豆はるさめ 白ねりごま	にんにく しょうが 人参 葱 玉ねぎ 干しいたけ にら ねぎ きくらげ 白菜 チンゲン菜 しめじ キャベツ 果物(りんご予定)	773	
	<b>28.1</b>							
21 月	ごはん	○	魚のピリ辛ソース わかめと竹輪の和え物 かぶら汁	牛乳 モウカザメ わかめ 焼き竹輪 木綿豆腐 油揚げ 削り節(だし)	米 麦 油 でん粉 薄力粉 砂糖 三温糖 ごま油 白いりごま	玉ねぎ 白菜 もやし 人参 えのきたけ かぶ ねぎ かぶの葉	798	
	<b>32.8</b>							
22 火	中華風豆おこわ	○	しらすと大葉の卵焼き わかめスープ	豚肉(薄切り) 大豆 油揚げ 牛乳 鶏卵 調理用牛乳 しらす干し かまぼこ 生わかめ	米 サラダ油 砂糖 ごま油 ジャガイモ 油	しょうが 人参 葱 さやいんげん ねぎ しそ葉 にんにく 玉ねぎ もやし えのきたけ	739	
	<b>33.5</b>							
23 水	ショートニングパン	○	サーモンチャウダー ブーティン	牛乳 ベーコン 豚肉(薄切り) あさり水煮 生鮭 調理用牛乳 生クリーム ミックスチーズ 粉チーズ	ショートニング グラニュー糖 砂糖 さつま芋 薄力粉 バター 砂糖 ジャガイモ 三温糖 デシラズ	にんにく 玉ねぎ 人参 しめじ	808	
	<b>30.6</b>							
<b>カナダ料理 紹介献立</b>								
24 木	ごはん	○	芋煮 茎わかめの和風和え 抹茶ミルクゼリー	牛乳 豚肉(薄切り) 削り節(だし) 茎わかめ 粉寒天 調理用牛乳 生クリーム	米 麦 油 さといも 砂糖 ごま油	しょうが ごぼう 人参 まいだけ しめじ 干しいたけ こんにゃく ねぎ さやいんげん キャベツ もやし きゅうり ホールコーン	764	
	<b>24.5</b>							
<b>山形県の郷土料理 紹介献立</b>								
25 金	秋野菜カレー	○	カリッと大豆サラダ	豚肉(薄切り) 生クリーム ミックスチーズ 牛乳 大豆	米 麦 サラダ油 油 じゃが芋 さつま芋 ザラメ 薄力粉 バター でん粉 砂糖	にんにく しょうが セロリー 玉ねぎ トマト缶 れんこん さやいんげん キャベツ きゅうり もやし 人参 ホールコーン缶	867	
	<b>25.7</b>							
26 土	ごはん おかかふりかけ (個包装)	お茶	鶏のから揚げ カレーポテト 五目きんぴら	鶏肉 ベーコン 豚肉(薄切り)	米 油 ごま油 でん粉 薄力粉 米粉 サラダ油 じゃが芋 三温糖 おかかふりかけ(ごま、おかか等)	にんにく しょうが 玉ねぎ 人参 むぎ枝豆 ごぼう つきこんにゃく 葱 緑茶	819	
	<b>25.1</b>							
<b>※若木祭は弁当給食を提供【学校が準備します】</b>								
<b>28月</b>								
<b>振替休業日</b>								
29 火	ひじき炒飯	○	揚げぎょうざ チンゲン菜の中華スープ	鶏肉(挽肉) 干ひじき(乾) 油揚げ 牛乳 豚肉(挽肉) 木綿豆腐	米 麦 ごま油 サラダ油 砂糖 油 でん粉 きょうざの皮	ねぎ むぎ枝豆 しょうが にんにく キャベツ にら 干しいたけ 人参 えのきたけ 白菜 チンゲン菜	757	
	<b>28.8</b>							
30 水	親子丼	○	海藻入り和風和え 果物(柿予定)	鶏肉(角切り) 鶏卵 削り節(だし) 牛乳 海藻ミックス	米 麦 砂糖 でん粉 ごま油	玉ねぎ 葱 ねぎ 糸みつば キャベツ きゅうり もやし 人参 果物(柿予定)	745	
	<b>27.9</b>							
31 木	スパゲッティ ポモドーロ	○	コーンサラダ スイートパンプキン	ベーコン 豚肉(挽肉) 粉チーズ 牛乳 生クリーム 調理用牛乳 鶏卵	スパゲッティ オリーブ油 ソルベール 三温糖 デシラズ コーンスターチ サラダ油 砂糖 さつま芋 バター	にんにく しょうが 玉ねぎ マッシュルーム缶 トマト缶 セロリー キャベツ きゅうり 人参 ホールコーン缶 かぼちゃ	792	
	<b>28.7</b>							
<b>ハロウィン 行事献立</b>								

※食材の都合により、献立を一部変更する場合があります。ご了承ください。