

[ 9 月 食 品 一 覧 表 ]

2025年 9月

馬込第二小学校

日	献立名	牛乳	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
2 火	えびピラフ		鳥がら, 鶏肉(角切り), むきえび	米, 麦, バター, オリーブ油	にんにく, にんじん, たまねぎ, マッシュルーム(缶), ビーマン
	ブロッコリーとササゲ	○	ツナ缶(オイル)	サラダ油, 砂糖	ブロッコリー, にんじん, キャベツ, ホールコーン
	豆入りトマトスープ		鶏肉(角切り), 鳥がら, 大豆	油, 砂糖, シェルマカロニ	にんにく, たまねぎ, しょうが, キャベツ, ホールトマト(缶)
3 水	じゃこゆかりごはん		ちりめんじゃこ	米, 麦	ゆかり
	豚肉とかぼちゃの黒酢炒め	○	豚肉	油, 砂糖, ごま油	にんじん, たまねぎ, ビーマン, かぼちゃ
	中華スープ		鳥がら, 鶏肉(薄切り)	マロニー, ごま油	しょうが, にんじん, たまねぎ, ねぎ, チンゲンサイ
4 木	ヨーグルトトースト		プレーンヨーグルト, 鶏卵	食パン	レモン汁
	コーンシチュー	○	鶏肉(角切り), 鳥がら, 調理用牛乳, 豆乳, 生クリーム	油, じゃがいも, コーンスターチ	たまねぎ, にんじん, しめじ, しょうが, クリームコーン(缶), ホールコーン, グリンピース(冷凍)
	すりごまドレッシングのサラダ			ごま油, 砂糖, 白すりごま	キャベツ, にんじん, きゅうり, ホールコーン
	くだもの(冷凍みかん)				冷凍みかん
5 金	タコライス		鶏肉(挽肉)	米, 麦, 油	にんにく, しょうが, たまねぎ, セロリー, ホールトマト(缶), キャベツ, レタス, 赤ビーマン
	もずくのみそスープ	○	鳥がら, 鶏肉(角切り), 沖縄もずく(塩蔵, 塩抜き), 鶏卵	でん粉	しょうが, にんじん, たまねぎ, ねぎ
	サターアランダギー		しぼり豆腐, 調理用牛乳	油, 黒砂糖, 小麦粉, 白いりごま, サラダ油	
8 月	バター炒めのカボチャ		鶏肉(角切り), いか(短冊), 鳥がら, 調理用牛乳, 生クリーム	米, 麦, バター, 油, サラダ油, 小麦粉	にんじん, たまねぎ, しめじ, しょうが
	サウピカンサラダ	○		サラダ油, 砂糖, 油, じゃがいも	にんじん, きゅうり, キャベツ, ホールコーン
	くだもの(巨峰2粒)				巨峰
9 火	玄米ごはん			米, 水稲穀粒(玄米), 黒いりごま	
	鮭のさざれ焼き	○	生鮭	マヨネーズ(卵不使用), ソフトパン粉	
	菊花おひたし				キャベツ, にんじん, もやし, ほうれんそう, 菊のり
かまぼこのすまし汁		昆布(だし), 削り節(だし), かまぼこ, 豆腐	あられ麩	だいこん, にんじん, 切りみつば	
10 水	パゲッティのソース		鶏肉(挽肉), レンズまめ(乾), 粉チーズ	スパゲッティ, サラダ油, 油	にんにく, にんじん, たまねぎ, マッシュルーム(缶), しめじ, エリンギ, ホールトマト(缶), パセリ
	グリーンサラダ	○		サラダ油, 砂糖	ブロッコリー, キャベツ, きゅうり
	キャロットゼリー		粉寒天	砂糖	にんじん, オレンジジュース
11 木	セルフフィッシュバーガー	○	もうかざめ	ソフトパン粉(50g), 油, 小麦粉, 生パン粉, ソフトパン粉, 砂糖	キャベツ
	かぼちゃのポタージュ		鳥がら, 鶏肉(角切り), 豆乳, 調理用牛乳	サラダ油, じゃがいも, コーンスターチ	しょうが, にんじん, たまねぎ, かぼちゃ, パセリ
12 金	ごはん			米, 麦	
	のりの佃煮		もみり	砂糖, 水あめ(酵素糖化)	
	ふくきたまご	○	鶏肉(挽肉), 干ひじき(ｽﾌﾟﾘﾝｸﾞ), 乾, 鶏卵	油, 砂糖	にんじん, たまねぎ, 干しいたけ, グリンピース(冷凍)
呉汁		鶏肉(角切り), 削り節(だし), 油揚げ, 大豆, 豆乳	油, こんにゃく	ごぼう, にんじん, だいこん, ねぎ	
16 火	メキシカンライス		鶏肉(挽肉), ウィンナー	米, 麦, バター, 油	たまねぎ, にんじん, マッシュルーム(缶), ホールコーン, ビーマン, 赤ビーマン
	ビーンズポテト	○	大豆	油, じゃがいも, でん粉	
	野菜スープ		鳥がら, 鶏肉(薄切り)		しょうが, にんじん, たまねぎ, キャベツ, ホールコーン
17 水	麻婆茄子丼		鶏肉(挽肉), 鳥がら	米, 麦, 油, でん粉, ごま油	にんにく, しょうが, たまねぎ, 干しいたけ, にんじん, ねぎ, たら, なす, ビーマン
	わかめスープ	○	鳥がら, カットわかめ	白いりごま, ごま油	しょうが, たまねぎ, もやし
	サイダーボンチ				黄桃(缶), みかん(缶), りんご(缶詰)
18 木	しらすチーズトースト	○	しらす干し(微乾燥品), ピザ用チーズ, きざみり	無塩食パン(50g), マヨネーズ(卵不使用)	こねぎ
	豆乳入りミルクスープ		鳥がら, 鶏肉(角切り), 調理用牛乳, 豆乳	油, バター	しょうが, たまねぎ, にんじん, キャベツ
	カラフルサラダ			じゃがいも, サラダ油, 砂糖	にんじん, ブロッコリー, ホールコーン
19 金	ひたし豆ごはん		青大豆	米, もち米, 砂糖	
	魚の香味焼き	○	ホキ	ごま油	ねぎ, しょうが
	冬瓜のそぼろ煮		鶏肉(挽肉), 厚揚げ, 厚削り節(だし)	油, こんにゃく, じゃがいも, 砂糖, でん粉	にんじん, たまねぎ, とうがん, 小松菜
22 月	ハヤシライス		鶏肉(薄切り), 鳥がら	米, 麦, 油, サラダ油, バター, 小麦粉, 砂糖	にんにく, しょうが, たまねぎ, マッシュルーム(缶)
	コーンサラダ	○		サラダ油, 砂糖	キャベツ, きゅうり, にんじん, ホールコーン
	くだもの(冷凍みかん)				冷凍みかん S
24 水	わかめごはん		炊き込みわかめ	米, 麦	
	鶏肉の塩麹焼き	○	鶏肉切り身		
	糸寒天のごま酢あえ		寒天	砂糖, 白すりごま, 白いりごま	にんじん, キャベツ, 小松菜, もやし
	冬瓜のみそ汁		削り節(だし), 厚揚げ, カットわかめ	じゃがいも	とうがん, ねぎ
25 木	ぶどうパン			ぶどうパン	
	ポテトのチーズ焼き	○	鶏ハム, 鶏肉(角切り), 調理用牛乳, ピザ用チーズ	サラダ油, じゃがいも, バター	たまねぎ
	ABCミネストローネ		ベーコン, 豚肉, 鳥がら	油, じゃがいも, 砂糖, マカロニ	にんにく, セロリー, にんじん, たまねぎ, しょうが, キャベツ
	くだもの(なし)				梨
26 金	鶏ごぼうの中華風おこわ		鶏肉(角切り)	米, もち米, 砂糖, ごま油, 油	ごぼう, にんじん, 干しいたけ, さやいんげん
	きびなごの南蛮漬け	○	きびなご	でん粉, 小麦粉, 油, 砂糖	たまねぎ, にんじん
	青菜とえのきのスープ		鳥がら, 鶏肉(角切り)	でん粉, 白いりごま	しょうが, たまねぎ, チンゲンサイ, えのきたけ, ねぎ
29 月	さつま芋ごはん			米, さつまいも, 黒いりごま	
	さんまの簡煮	○	昆布(だし), さんま(簡, 1/2)	砂糖	しょうが, ねぎ
	沢煮椀		削り節(だし), 鶏肉胸(細切り), 油揚げ	でん粉	ごぼう, にんじん, だいこん, えのきたけ, ねぎ, さやいんげん
30 火	おっきりこみ		昆布(だし), 厚削り節(だし), 鶏肉(角切り), 油揚げ	冷凍うどん(給), さといも	だいこん, にんじん, 生しいたけ(菌栽培産), ねぎ, ほうれんそう
	こんにゃくと野菜の和えもの	○		つきこんにゃく, ごま油, 砂糖	にんじん, 小松菜, もやし
	南瓜と舞茸のかき揚げ		大豆(水煮缶詰)	でん粉, 小麦粉, 油	ごぼう, にんじん, たまねぎ, かぼちゃ, まいたけ