



9月きゅうしょくよていこんだてひょう

2021

さかしょうがっこう

☆新型コロナウイルス感染症対策について☆

- ・給食前の手洗い、黙食を徹底します。
- ・感染症対策で献立の内容を変更する場合は、事前に連絡します。
- ・配膳は最小人数で、おかわりなどは教職員が行います。

日	献立名	おもなざいりょうとそのはたらき			エネルギー (kcal)
		おもにエネルギーのもとになる (きいろのなかま)	おもにからだをつくるもとになる (あかのなかま)	おもにからだのちょうしを ととのえるもとになる (みどりのなかま)	
1 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		591
	おやこどん(ごはん)	こめ・むぎ			
	(ぐ)	さとう	とりにく・たまご	しいたけ・にんじん・たまねぎ グリーンピース	
	みそしる		とうふ・あぶらあげ・わかめ・みそ	えのき・はねぎ	
2 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		590
	チキンピラフ	こめ・むぎ・あぶら	とりにく	にんじん・マッシュルーム グリーンピース	
	ウインナーとやさいのソテー	あぶら	ウインナー	たまねぎ・にんじん・キャベツ	
	ポテトスープ	じゃがいも	ベーコン	たまねぎ・にんじん・パセリ	
	かぼちゃのマフィン	さとう・こめこ・あぶら	とうにゅう	かぼちゃ	
3 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		603
	ちゅうかどん(ごはん)	こめ・むぎ			
	(ぐ)	あぶら・ごまあぶら・でんぷん	ぶたにく・いか・うずらのたまご	にんじん・たまねぎ・はくさい・たけのこ	
ちゅうかコーンスープ	でんぷん	とうふ・たまご	コーン・はねぎ・しいたけ		
6 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		591
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	やきつくね	あぶら・でんぷん・さとう	とりにく	キャベツ・ふるね	
	きりほしだいこんの ソースいため	あぶら	ぶたにく・あおのり・こんぶ	きりほしだいこん・にんじん・キャベツ	
	きのこのみそしる	ふ	あぶらあげ・みそ	しめじ・えのき・たまねぎ・はねぎ	
	たくあん			たくあん	
7 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		603
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	とりのごまソースかけ	さとう・ごま	とりにく	にんにく・ふるね・トマトピューレ	
	じゃがマスタード	あぶら・じゃがいも			
	やさいスープ		ベーコン	たまねぎ・にんじん・キャベツ・パセリ	
8 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		597
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	あじのひもの		あじ		
	にびたし			ほうれんそう・キャベツ・コーン	
	ぶたじる	こんにゃく・さといも	ぶたにく・とうふ・みそ	ごぼう・にんじん・だいこん・はねぎ	
	くだもの			れいとうみかん	
9 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		585
	コロッケバーガー(パン)	こむぎこ・ショートニング・さとう	だっしふんにゅう		
	(みしまコロッケ)	じゃがいも・あぶら・でんぷん さとう・こむぎこ・パンこ	ぶたにく	たまねぎ	
	(ソテー・ソース)	あぶら・さとう		キャベツ・にんじん・トマトピューレ	
ミネストローネスープ	じゃがいも・マカロニ	ベーコン・だいず	セロリ・たまねぎ・にんじん・トマト パセリ		
10 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		624
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	さけのキャロットやき	マヨネーズ	さけ	にんじん	
	ひじきのいために	あぶら・さとう	ひじき・あぶらあげ	にんじん・さやいんげん	
	みそしる		なまあげ・わかめ・みそ	たまねぎ・はねぎ	
13 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		625
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	いわしのしょうがに	でんぷん・さとう	いわし	ふるね	
	おひたし			キャベツ・ほうれんそう	
	けんちんじる	さといも・でんぷん	とりにく・とうふ	だいこん・にんじん・はねぎ・えのき	
	レアチーズ	さとう	クリームチーズ・にゅうせいひん	いちごかじゅう	
14 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		629
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	なまあげのごもくに	あぶら・さとう・でんぷん	ぶたにく・なまあげ・みそ	ふるね・しいたけ・にんじん・コーン はねぎ	
	にくだんごスープ	さとう・でんぷん・パンこ	とりにく	にんじん・たまねぎ・えのき	
	くだもの			なし	
かつおぶりかけ	ごま・さとう	かつおぶし			

☆ 15日からの献立は裏面をご覧ください。



日	献立名	おもにエネルギーになる (きいろのなかま)	おもにからだをつくる (あかのなかま)	おもにからだのちょうしをととのえる (みどりのなかま)	エネルギー (kcal)
15 (水) ふるさと給食	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		605
	こまつなぶたどん(ごはん)	こめ・むぎ			
	(く)	こんにゃく・さとう・あぶら でんぷん	ぶたにく	こまつな・にんにく・ふるね・たけのこ たまねぎ	
	みそしる	さつまいも	あぶらあげ・みそ	たまねぎ・はねぎ	
16 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		585
	ゆかりごはん	こめ・むぎ		あかしそ	
	ホキのこめこおちゃフライ	こめこ・あぶら	ホキ	おちゃ	
	くきわかめのきんぴら	ごま・ごまあぶら・さとう	くきわかめ・さつまあげ	にんじん・さやいんげん・ごぼう	
	みそしる		あぶらあげ・みそ	とうがん・キャベツ・はねぎ	
17 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		663
	カレーライス(ごはん)	こめ・むぎ			
	(く)	じゃがいも・あぶら	ぶたにく・だいず・だっしふんにゅう こなチーズ	ふるね・にんにく・たまねぎ・にんじん グリーンピース	
	フルーツジュレ	さとう		もも・みかん・りんご・アセロラかじゅう りんごかじゅう	
21 (火) 十五夜 献立	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		649
	すきやきごはん	こめ・むぎ・あぶら・さとう	ぎゅうにく	たまねぎ	
	にくじゃが	じゃがいも・こんにゃく・さとう	ぶたにく	にんじん・たまねぎ・さやいんげん	
	みそしる		とうふ・あぶらあげ・みそ	えのき・ほうれんそう	
	おつきみだんご	さつまいもあん・さとう・でんぷん こむぎこ			
22 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		636
	ごもくらーめん(めん)	こむぎこ			
	(く)	あぶら・ごまあぶら・でんぷん	ぶたにく・わかめ	ふるね・にんにく・たけのこ・にんじん きくらげ・キャベツ・はねぎ	
	しらすいりシューマイ	こむぎこ・さとう・あぶら	しらす・ぎょにくすりみ	たまねぎ・ふるね	
	あげなすのこうみあえ	あぶら・ごまあぶら・ごま		なす・ふるね・にんにく・たまねぎ	
24 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		600
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	マーボードウフ	あぶら・さとう・でんぷん	ぶたにく・とうふ・だいず・みそ	ふるね・にんにく・たまねぎ・たけのこ はねぎ・しいたけ	
	ちゅうかさラダ	ごまあぶら・さとう		キャベツ・きゅうり・コーン	
27 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		611
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	さばのカレーチーズやき		さば・こなチーズ		
	ごもくまめ	さとう	だいず・こんぶ・とりにく	ごぼう・にんじん	
	みそしる		あぶらあげ・みそ	キャベツ・にんじん・はねぎ	
28 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		585
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	ぎょうざ	あぶら・でんぷん・さとう・こむぎこ	ぶたにく	キャベツ・たまねぎ・にら・ふるね	
	ちゅうかいため	ごまあぶら		たけのこ・チンゲンサイ	
	たまごのちゅうかスープ	でんぷん	とうふ・たまご・ベーコン	しいたけ・たまねぎ・はねぎ・きくらげ	
	アーモンドフィッシュ	アーモンド・さとう・ごま	こざかな		
29 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		596
	ツナピラフ	こめ・むぎ・あぶら	ツナ	にんじん・たまねぎ・マッシュルーム グリーンピース	
	ビーンズサラダ	あぶら・さとう	だいず	キャベツ・きゅうり・にんじん・コーン	
	かぼちゃのとうにゅうスープ	コーンスターチ	ベーコン・とうにゅう	にんにく・たまねぎ・にんじん・かぼちゃ パセリ	
	ブルーベリーゼリー	さとう	かんてん	ブルーベリー	
30 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		664
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	さかなのレモンしょうゆあえ	でんぷん・あぶら・さとう	さわら	ねぶかねぎ・レモンかじゅう	
	こまつなのおかかあえ	さとう	かつおぶし	こまつな・キャベツ・にんじん	
	みそしる	さつまいも	みそ	たまねぎ・はねぎ	

☆お知らせ☆
・15日(水)はふるさと給食の日です。地場産物をいつもより多く使用しています。

◎今月の給食は20回です。仕入れの関係で献立を変更する場合があります。献立変更に伴い、アレルギー対応が必要となる児童には個別に連絡します。

十五夜とは?

秋の収穫を感謝するお祭りで、収穫物の月見団子ススキをお月様にお供えするようになりました。また、きれいな月を眺めて楽しむ日でもあります。旧暦の8月15日に行われていたため、「十五夜」と言われています。

ススキは、稲穂に見立てて神様に稲の収穫を感謝するため、お団子は、穀物の収穫に感謝して、米を粉にして団子を作ったのがはじまりです。

秋に美味しい食べもの

さけ さば さんま しんまい なし ぶどう

☆毎日の給食の写真や給食を作っている様子を学校ホームページにのせていますので、ご覧ください。

検索方法
三島市立坂小学校ホームページ → 学校ブログ → メニュー 給食

三島市立坂小学校 検索