

令和5年9月分学校給食予定献立表 (B)

銚田市立銚田学校給食センター

日	曜	献立	ごはん	体をくつるものになる食べもの	なつや力のものになる食べもの	体のちようしをどとのえる食べもの	小学校	中学校	備考		
							エネルギーたんぱく質脂質食塩相当量	エネルギーたんぱく質脂質食塩相当量			
1	金	主	ごはん								
		主	ハンバーグおろしソース	とりにく	ふたに	とりにく	たんぱく	たんぱく			
		主	まめとチキンのサラダ	とりにく	だいず	みそ	あぶら	さとう	ごま	たんぱく	
		副	なすときのこのみそしる	とうふ	あぶら	あけ	みそ			たんぱく	
4	月	主	ごはん								
		主	きょうざ(幼小中職2個)	ふたに	とりにく						
		主	ハンサンスー		ハム						
		副	はくさいとくにだんごのスー	とりにく							
5	火	主	ごはん								
		主	あかうおのしるしょうゆやき	とりにく							
		主	みずなとえだまめのサラダ	とりにく							
		副	どんじり	ふたに	とうふ	みそ					
6	水	主	ごはん								
		主	バーガーパン(みそかつバーガー)								
		主	みそだれチキンカツ	とりにく	みそ						
		副	きゃべつ								
7	木	主	ごはん								
		主	しゅうまい(幼小中職2個)	ふたに							
		主	つきとほしのフルーツカクテルゼリー								
		副	ちゅうかどんのく	ふたに	うずらたまご						
8	金	主	ごはん								
		主	ポークカレー	ふたに	だっしふんにゅう	チーズ					
		主	ひじきのマリネ		ひじき	ハム					
		副	きゅうにゅう								
11	月	主	ごはん								
		主	ひやしちゅうかめん								
		主	アメリカンドック	とりにく	ふたに						
		主	ひやしちゅうかのく	たまご	ハム						
12	火	主	ごはん								
		主	マーボーなす	とうふ	ふたに	みそ					
		主	きゃべつのナムル								
		副	ワンタンスー	とりにく							
13	水	主	ごはん								
		主	どうにゅうコロッケ	とりにゅう							
		主	ブロッコリーサラダ								
		副	イタリヤンスー	たまご	とりにく	ベーコン	チーズ				
14	木	主	ごはん								
		主	さばのかんきつしおこうじやき	さば							
		主	のりすあえ	ツナ	のり						
		副	すいとんじり	とりにく	あぶら	あけ					
15	金	主	ごはん								
		主	ハムカツ	とりにく	ふたに	こ					
		主	おかがあえ								
		副	さつまじり	とりにく	あぶら	あけ	みそ				
19	火	主	ごはん(ハヤシライス)								
		主	ハヤシルー	ふたに							
		主	わかめサラダ	わかめ	みそ						
		副	きゅうにゅう								
20	水	主	ごはん								
		主	ミニメロンパン	とりにゅう	れんにゅう						
		主	ミニトナースパゲッティ	ふたに	だいま	チーズ					
		副	コーンサラダ	あぶら	とりにく	ベーコン	チーズ				
21	木	主	ごはん								
		主	チキンのたつたあけ	とりにく							
		主	きゃべつとハムのごまじょうゆ	ハム							
		副	とうがんにいらたまじり	とうふ	たまご						
22	金	主	ごはん								
		主	ほこまるあつやきたまご	たまご	かつおぶし						
		主	みずなときゅうべつこのサラダ	とりにく							
		副	とりにくとさつまいものあまからに	とりにく							
25	月	主	ごはん								
		主	ソフトめん(ちゃんぽんめん)								
		主	ナムル								
		副	ちゃんぽんスー	ふたに	なる	こ					
26	火	主	ごはん								
		主	ほっけフライ	ほっけ							
		主	ヤーコンとごぼうのきんぴら	ふたに							
		副	ちんげんさいのみそしる	みそ							
27	水	主	ごはん								
		主	バターロール								
		主	ミートオムレツ	たまご	とりにく						
		副	グリーンサラダ	とりにく	きゅうにゅう						
28	木	主	ごはん								
		主	なめたけあえ	とりにく							
		主	どさんこじり	とうふ	ふたに	わかめ	みそ	とうにゅう			
		副	きゅうにゅう								
29	金	主	ごはん								
		主	うさぎがたハンバーグ	とりにく	ふたに						
		主	みずなとごぼうのごまマヨあえ	とりにく							
		副	おつきみじり	とりにく							

※ただし、ごはんはエネルギーにはなりません。

注: 日献立表は銚田北幼・旭幼・銚田北小・旭東小・旭西小・旭北小・旭南小
銚田北中・旭中・銚一附属中に配布しています。
献立は事情により変更する場合がありますのでご了承下さい。

献立表は銚田市のHPでもご覧いただけます。
<http://www.city.hokota.lg.jp/page/page002045.html>



銚田市は鹿島アントラーズのホームタウンです。

©KASHIMA ANTLERS