

# 令和元年9月分学校給食献立予定表(前半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー kcal	たんぱく質 g
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつやちからになるもの	ビタミン からだのちょうしをととのえるもの	調味料ほか		
★ はし	2 月	セルフミートパン (コッペパン・豆入りミートソース)	牛肉 豚肉 だいず 白いんげん豆 粉チーズ	サラダ油 パン	たまねぎ にんじん ピーマン にんにく	ケチャップ トマトピューレー ウスターソース こいくちしょうゆ 赤ワイン 食塩	600	25.0
		牛乳	牛乳					
		野菜のスープ煮	鶏肉	じゃがいも	キャベツ たまねぎ にんじん こまつな	白ワイン コンソメ 食塩 白こしょう		
		ピスケット	濃縮乳 全粉乳	小麦粉 砂糖 植物油 ショートニング バター でん粉		食塩 膨張剤 香料		
★ はし	3 火	さけそぼろごはん	さけ わかめ	ごま サラダ油 米	コーン えだまめ		672	32.9
		牛乳	牛乳					
		魚そうめん汁	魚そうめん(たら) うずら卵 豆腐 しらす干し	魚そうめん (水あめ・砂糖・加工デンプン)	えのきたけ にんじん オクラ しいたけ	魚そうめん(発酵調味料・食塩) うすくちしょうゆ 酒 食塩 かつお節(だし)		
		飲むヨーグルト	ヨーグルト					
★ はし	4 水	ごはん		米			648	32.5
		牛乳	牛乳					
		かきたま汁	鶏肉 鶏卵 豆腐 わかめ	でん粉	たまねぎ にんじん えのきたけ 葉ねぎ	うすくちしょうゆ 酒 食塩 かつお節(だし)		
		夏ハンバーグ	豆腐 豚肉 鶏卵 おから チーズ	サラダ油	たまねぎ にがうり	ケチャップ うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう		
★ はし	5 木	コッペパン		パン			637	21.5
		牛乳	牛乳					
		海の幸カレーシチュー	ペークン えび いか あさり 牛乳 生クリーム	じゃがいも	たまねぎ にんじん しめじ グリンピース	ホワイトルウ 白ワイン 食塩 白こしょう カレー粉		
		ミックスフルーツ		ゼリー(砂糖・ぶどう糖果糖液糖)	りんご みかん 白桃 黄桃 みかん果汁 ゼリー(桜島小みかん皮粉末)	ビタミン飲料の素 ゼリー(ゲル化剤・香料)		
★ はし	6 金	ごはん		米			607	27.0
		牛乳	牛乳					
		みそけんちん汁	鶏肉 豆腐 合わせみそ	じゃがいも サラダ油	だいこん にんじん ごぼう 白こんにゃく 葉ねぎ	酒 かつお節(だし)		
		サンクロー煮	豚肉(もも・ばら)	なたね油 でん粉 米粉 黒砂糖	しょうが	黒酢 酢 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 酒		
★ はし	9 月	ミルクパン		パン			713	35.8
		牛乳	牛乳					
		高野豆腐の卵とじ	高野豆腐 鶏卵 鶏肉 えび	砂糖 サラダ油	たまねぎ キャベツ にんじん きぬさや しいたけ	うすくちしょうゆ みりん 酒 食塩 かつお節(だし)		
		りんかけだいず	だいず	黒砂糖 でん粉		食塩		
★ はし	10 火	みかんジュース			みかん果汁		586	20.6
		肉そぼろどんぶり	牛肉 だいず	ごま 砂糖 ごま油 米	たまねぎ にんじん にら しょうが にんにく	こいくちしょうゆ 酒 みりん		
		牛乳	牛乳					
		とうがんのおろし汁	豆腐 みそ(合わせ・赤)	じゃがいも	とうがん にんじん なめこ 葉ねぎ	かつお節(だし)		
★ はし	11 水	ももゼリー		砂糖 果糖	もも(果汁・果肉)	増粘多糖類 香料	756	25.1
		カツカレー (麦ごはん・カレー・とんかつ)	牛肉 豚肉 だいず 粉チーズ 脱脂粉乳 ヨーグルト とんかつ(豚肉)	じゃがいも サラダ油 なたね油 米 麦 とんかつ(パン粉・小麦粉)	たまねぎ にんじん にんにく りんご グリンピース	カレールウ カレー粉 赤ワイン ケチャップ ウスターソース		
		牛乳	牛乳					
		ゴーヤとパインの酢の物		砂糖 オリーブ油	きゅうり にがうり パイン 赤パブリカ 大葉	うすくちしょうゆ みりん 酢		
★ はし	12 木	テーブルロールパン		パン			534	19.0
		牛乳	牛乳					
		夏野菜のペペロンチーノ	ベーコン	スパゲッティ オリーブ油	たまねぎ こまつな にんじん しめじ にんにく ズッキーニ ピーマン(赤・黄)	白ワイン 食塩 白こしょう 一味とうがらし		
		セサミサラダ		ごま(いり・すり) ごまドレッシング	キャベツ きゅうり コーン			
★ はし	13 金	ごはん		米			589	22.8
		牛乳	牛乳					
		さといものごまみそ煮 もやしのさっぱりあえ	豚肉 厚揚げ 米みそ	さといも 砂糖 すりごま サラダ油 砂糖	にんじん 黒こんにゃく ごぼう いんげん しいたけ もやし にんじん ほうれんそう コーン レモン果汁	酒 みりん こいくちしょうゆ かつお節(だし) うすくちしょうゆ 酢		
		十五夜ゼリー	寒天	砂糖 ぶどう糖果糖液糖 水あめ 植物油 粉末油脂	うんしゅうみかん果汁 ぶどう果汁	ゲル化剤 香料		

※ 必ず、親子で食材について確認しましょう。特に、食物アレルギーのあるお子さんについては、毎日確認してください。

# 令和元年9月分学校給食献立予定表(後半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー kcal	たんぱく質 g				
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつやちからになるもの	ビタミン からだのちょうしととのえるもの	調味料ほか						
★ はし	18 水	ひじきごはん	鶏肉 さつま揚げ ひじき 油揚げ	砂糖 サラダ油 米	にんじん たけのこ えだまめ しいたけ	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん 酒	611	28. 1				
		牛乳	牛乳									
		とうがんのみそ汁	厚揚げ わかめ 合わせみそ		とうがん にんじん もやし 葉ねぎ	かつお節(だし)						
		ヨーグルト	ヨーグルト									
★ はし	19 木	黒砂糖パン		パン			607	22. 4				
		牛乳	牛乳									
		カレーうどん	豚肉 かまぼこ 粉チーズ	米粉入りうどん サラダ油	たまねぎ にんじん ピーマン にんにく	カレールウ ケチャップ 赤ワイン こいくちしょうゆ						
		アーモンドサラダ		アーモンド コールスロードレッシング	キャベツ きゅうり コーン にんじん							
★ はし	20 金	ごはん		米			572	20. 0				
		牛乳	牛乳									
		こまつなとなめこのみそ汁	油揚げ みそ(合わせ・赤)	さつまいも	なめこ こまつな にんじん	かつお節(だし)						
		さんまの煮物	さんま みそ	砂糖 米粉	ゆずペースト	みりん 食塩						
		浅漬け			きゅうり	食塩						
24 火		親子どんぶり	鶏肉 鶏卵 かまぼこ	砂糖 でん粉 米	たまねぎ にんじん しいたけ 葉ねぎ	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 酒 みりん 食塩 かつお節(だし)	615	23. 6				
		牛乳	牛乳									
		海そうサラダ	くきわかめ こんぶ つのまた(赤・青) 白キリンサイ	青しそドレッシング	もやし きゅうり だいこん コーン							
		ムース	加糖全脂練乳 クリーム 脱脂粉乳 牛乳	水あめ ヤン油		食塩 香料 乳化剤						
25 水		きのこドリア (サフランライス・パン粉炒め)	鶏肉 牛乳 脱脂粉乳 生クリーム パン粉炒め(粉チーズ)	サラダ油 食塩 白こしょう 米 パン粉炒め(バター・パン粉)	たまねぎ にんじん マッシュルーム エリンギ まいたけ しめじ コーン パセリ にんにく	ホワイトルウ 食塩 白こしょう サフランライスの素	607	24. 0				
		牛乳	牛乳									
		にらたまスープ	ベーコン 鶏卵 豆腐 わかめ	でん粉	たまねぎ にんじん えのきたけ にら	うすくちしょうゆ 酒 食塩 かつお節(だし)						
26 木		照焼チキンバーガー <sup>(パン・照焼チキン・チーズ・ポイルキャベツ)</sup>	鶏肉 チーズ	砂糖 パン	キャベツ	こいくちしょうゆ 発酵調味料 食塩	580	27. 3				
		牛乳	牛乳									
		麦ビーンズスープ	ロースハム えんどう豆 赤いんげん豆 ひよこ豆	麦	たまねぎ チンゲンサイ にんじん コーン マッシュルーム	うすくちしょうゆ コンソメ 酒 食塩 白こしょう						
★ はし	27 金	秋のちらしずし (すしめし)	鶏肉 かまぼこ さつま揚げ	くり 砂糖 ごま サラダ油 米	えのきたけ しめじ まいたけ にんじん ごぼう しいたけ	うすくちしょうゆ 酒 みりん 食塩 すし酢	553	21. 9				
		牛乳	牛乳									
		もずく入りみそ汁	豆腐 もずく 合わせみそ	じゃがいも	にんじん こまつな	かつお節(だし)						
30 月		バターパン		パン			602	28. 9				
		牛乳	牛乳									
		豆腐のチリソース煮	牛肉 豚肉 だいす 豆腐	砂糖 でん粉 サラダ油	たまねぎ にんじん しいたけ たけのこ 深ねぎ にんにく しょうが	ケチャップ うすくちしょうゆ 酒 食塩 とうばんじゃん 中華だし						
		こまつな卵とじ	鶏卵 しらす干し	ごま油	こまつな コーン	うすくちしょうゆ 酒 食塩 白こしょう						
お知らせ		<今月の行事>			<はしをもつくる日>							
		8月29日(木)～9月27日(金) 第1免許教育実習 10日(火) 13日(金) 14日(土) 16日(月) 17日(火) 18日(水)～20日(金) 23日(月) 大運動会 敬老の日 大運動会振替休日 参加観察実習 秋分の日				★の日は、「はし」をもつくる日です。 きれいにあらったはしを、わすれないようにもってきましょう。		令和元年9月分平均栄養量 エネルギー(kcal) たんぱく質(g)				
					3日 4日 6日 10日 13日 18日 19日 20日 27日							
												