

令和8年度 9月 学校給食予定献立表

松野町学校給食共同調理場

日 曜	牛乳	献立名	主な使用食品と体内でのはたらき			栄養価	
			赤（たんぱく質・無機質）	緑（ビタミン）	黄（炭水化物・脂質）	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
			主に体をつくる	主に体の調子を整える	主にエネルギーのもとになる		
1 火		麦ごはん			米 麦	小 694	25.8
		ドライカレー	さば まめプラス 大豆	玉ねぎ 人参 にんにく しょうが トマト	油 小麦粉 砂糖 コーンスターチ	中 866	31.6
		切干大根サラダ	ツナ ひじき	切干大根 どうもろこし	油 ごま油 砂糖 水あめ ごま		
2 水		ゆずゼリー		ゆず レモン	はちみつ		
		白ご飯			米	小 660	35.3
		高野豆腐の含め煮	高野豆腐 とりひき肉	玉ねぎ 人参 グリンピース	砂糖	中 809	42.7
3 木		さばの南部焼き	さば		砂糖 ごま		
		青菜の和え物		ほうれん草 白菜 人参	砂糖		
		麦ごはん			米 麦	小 621	25.8
4 金		豆腐のすまし汁	豆腐 わかめ	白菜 人参 ねぎ		中 761	30.9
		鶏肉のみそ漬け焼き	とり肉 麦みそ	しょうが にんにく	砂糖		
		かぼちゃサラダ	ハム	かぼちゃ きゅうり	ノンエッグマヨネーズ	小 687	27.0
7 月		黒糖パン	脱脂粉乳		小麦粉 黒砂糖 バター	中 816	31.7
		ポークビーンズ	大豆 ぶた肉 ベーコン	玉ねぎ 人参 トマト にんにく	じゃが芋 油 砂糖		
		ビーナッツ和え		ブロッコリー もやし 人参	ビーナッツ 砂糖		
8 火		ゴーヤとれんこんのチップス	あおさ粉	にがうり れんこん	小麦粉 片栗粉 油 砂糖		
		白ご飯			米	小 650	28.5
		厚揚げの中華煮	厚揚げ とり肉	玉ねぎ 人参 チンゲン菜 しょうが	砂糖 ごま油 片栗粉	中 803	34.9
9 水		豚肉のしょうが炒め	ぶた肉	玉ねぎ 人参 しょうが	油 砂糖		
		マカロニサラダ		きゅうり 人参 どうもろこし	マカロニ ノンエッグマヨネーズ	小 664	26.2
		麦ごはん			米 麦	中 827	32.0
10 木		中華風コーンスープ	ベーコン 豆腐 卵	どうもろこし 玉ねぎ 白菜 ねぎ	砂糖 てん粉		
		タッカルビ	とり肉 赤みそ	玉ねぎ 人参 キャベツ しょうが にんにく	さつま芋 トック 砂糖	小 638	29.5
		白ご飯			米	中 790	36.3
11 金		きのこのみそ汁	油揚げ 麦みそ	舞茸 えのき しめじ 玉ねぎ 人参 ねぎ			
		菊花焼売	ぶたひき肉 とりひき肉	しょうが 玉ねぎ 干しいたけ どうもろこし	砂糖 片栗粉 ごま油	小 690	24.4
		なすのたたき	ツナ	なす 玉ねぎ かいわれ大根 しょうが にんにく	ごま 砂糖	中 865	30.3
12 土		白ご飯			米		
		肉じゃが	ぶた肉	玉ねぎ 人参 グリンピース	じゃが芋 系こんにゃく 油 砂糖	小 659	29.5
		ちくわの磯辺揚げ	ちくわ 卵 あおさ粉		小麦粉 片栗粉 油	中 788	34.6
13 日		ポパイサラダ		ほうれん草 切干大根 どうもろこし 人参	ノンエッグマヨネーズ		
		小型コッペパン	脱脂粉乳		小麦粉 砂糖 バター	小 627	29.6
		ペペロンチーノ	ベーコン	玉ねぎ しめじ 人参 キャベツ なす ビーマン にんにく	スパゲティ 油	中 773	36.5
14 月		鶏肉の香草パン粉焼き	とり肉 チーズ	パセリ	パン粉		
		梨		梨		小 657	26.0
		白ご飯			米	中 816	31.6
15 火		かきたま汁	油揚げ 豆腐 卵	玉ねぎ えのき ねぎ	片栗粉		
		つくね焼き	とりひき肉 卵	玉ねぎ ごぼう	片栗粉 パン粉 砂糖	小 637	32.1
		ごま酢和え	ちくわ	白菜 人参 きゅうり	砂糖 ごま	中 775	38.6
16 水		タコライス	とりひき肉 ぶたひき肉 ぶたレバー	しょうが にんにく 玉ねぎ 人参	米 麦 油		
		フルーツ白玉	まめプラス 大豆 チーズ	枝豆 トマト キャベツ きゅうり	白玉粉 砂糖	小 662	24.2
		白ご飯			米	中 823	29.6
17 木		どりすき煮	とり肉 厚揚げ	ごぼう 人参 白菜 キャベツ 白ねぎ えのき	系こんにゃく 油 砂糖		
		さばの塩焼き	さば			小 658	29.2
		元気サラダ	かつお節	大根 きゅうり 人参	砂糖 油	中 761	34.8
18 金		白ご飯			米		
		豚汁	ぶた肉 豆腐 油揚げ 麦みそ	ごぼう 玉ねぎ 人参 ほうれん草	こんにゃく	小 631	32.0
		お好み揚げ	ちくわ あおさ粉	キャベツ 人参 山芋	小麦粉 油	中 783	39.3
19 土		からし和え		キャベツ 人参 しめじ	砂糖		
		コッペパン・チョコ大豆クリーム	脱脂粉乳 大豆粉		小麦粉 砂糖 バター ココアパウダー	小 658	29.2
		パンプキンポタージュ	ベーコン 牛乳 脱脂粉乳	かぼちゃ 玉ねぎ パセリ	小麦粉 砂糖 油	中 761	34.8
20 日		たらのカレーマヨ焼き	たら	玉ねぎ ビーマン	ノンエッグマヨネーズ		
		レモン風味和え		キャベツ ほうれん草 どうもろこし レモン果汁	砂糖		
		21 月	敬老の日				
21 火		22 火	国民の休日				
		23 水	秋分の日				
		24 木	白ご飯		米	小 624	26.8
22 火		わかめスープ	わかめ 豆腐 卵	人参 玉ねぎ えのき	ごま油	中 769	32.8
		ヤンニョムチキン	とり肉	にんにく	片栗粉 油 ごま油 砂糖		
		塩ずむル		ほうれん草 もやし 人参	ごま ごま油		
23 水		コッペパン	脱脂粉乳		小麦粉 砂糖 バター	小 654	26.5
		秋野菜のクリーム煮	とり肉 牛乳 脱脂粉乳 全粉乳 チーズ	キャベツ 玉ねぎ 人参 しめじ ブロッコリー	さつま芋 里芋 油 小麦粉 てん粉 砂糖		
		ウサギさんハンバーグ	とり肉 ぶた肉	玉ねぎ	砂糖	中 781	32.0
24 木		野菜サラダ		キャベツ ブロッコリー 玉ねぎ 人参	油 砂糖		
		十五夜デザート		みかん ブルーベリー 寒天	砂糖		
		ひじきごはん	ひじき とり肉 油揚げ	人参 干しいたけ	米 油 砂糖	小 631	32.0
25 金		芋炊き	とり肉 厚揚げ 油揚げ	人参 干しいたけ ごぼう	里芋 こんにゃく 砂糖	中 783	39.3
		千草焼き	ひじき 豆腐 とり肉 たまご	干しいたけ ねぎ	砂糖		
		ちりめん和え	しらす干し	キャベツ 人参 きゅうり	砂糖 ごま油		
26 土		白ご飯			米	小 633	22.3
		春雨スープ	ベーコン	玉ねぎ 人参 白菜 にら	春雨 ごま油	中 795	28.0
		ししゃものごまフリッター	ししゃも 牛乳 卵		ごま 油 小麦粉 ノンエッグマヨネーズ		
27 日		ゆず香和え		キャベツ 人参 きゅうり ゆず果汁	砂糖		
		麦ごはん			米 麦	小 653	22.6
		焼き肉風	ぶた肉 厚揚げ 赤みそ	キャベツ 玉ねぎ 人参 ビーマン にんにく しょうが りんご	油 砂糖	中 798	26.8
28 月		れんこんサラダ		れんこん きゅうり 人参	ごま 砂糖 ノンエッグマヨネーズ		
		みかんジュース		温州ミカン いよかん			
		29 火					
29 火		29 火					
		30 水					
		30 水					

※材料等の都合により、献立を変更する場合がありますが、ご了承ください。