

9月の給食献立予定表

令和8年度

※ 食材の都合により献立の一部が変更になることがあります。

★今月使用予定の地産産(芦屋町周辺)食材★

米(夢つくし)・冬瓜・ピーマン・パプリカ・なす・きゅうり・小松菜・水菜
グリーンアスパラガス・赤しそ・米みそ

小学校
芦屋町学校給食センター

日曜		こんだてめい	おもなざいりょうとそのたいないでのはたらき			エネルギー たんぱく質
			《あか》 からだをつくるもとになる	《みどり》 からだのちようしをととのえる	《きいろ》 エネルギーのもとになる	
「防災の日」献立						
1	火	背割りコッペパン	ツナマヨサラダ(サンド) ミネストローネ みかん缶	まぐろ 牛乳 ベーコン ひよこ豆 赤いんげん豆 青えんどう豆	にんじん キャベツ きゅうり とうもろこし トマト パセリ 玉ねぎ セロリ にんにく みかん(缶)	599 kcal 22.0g
2	水	ごはん	ぶた肉のしょうが炒め 一食納豆 冬瓜のみそ汁	ぶた肉 納豆 厚揚げ ★米みそ 麦みそ	★ピーマン 玉ねぎ しょうが ねぎ ★冬瓜 えのきたけ	641 kcal 26.2g
3	木	かしわがたパン	とり肉の竜田揚げ マヨネーズサラダ かぼちゃのポタージュ	とり肉 牛乳 白いんげん豆	しょうが にんにく キャベツ きゅうり かぼちゃ パセリ 玉ねぎ	631 kcal 24.4g
4	金	ごはん	さばのカレー煮 ピーナッツ和え とりつくねのすまし汁	さば 牛乳 とりつくね 豆腐	★小松菜 にんじん キャベツ もやし ねぎ しいたけ えのきたけ	588 kcal 27.5g
7	月	ごはん	肉じゃが わかめとしらすの酢の物 きくらげの佃煮	ぶた肉 牛乳 わかめ しらす干し	にんじん さやいんげん 玉ねぎ しょうが にんにく キャベツ きゅうり きくらげ	598 kcal 20.0g
8	火	背割りコッペパン	チリコンカン(サンド) キャベツとじゃがいものスープ 梨	ぶた肉 大豆 牛乳 ベーコン	にんじん トマト 玉ねぎ にんにく パセリ キャベツ 梨	566 kcal 24.4g
9	水	わかめごはん	かしわうどん 切干大根のサラダ	とり肉 かまぼこ 牛乳 ハム わかめ	ねぎ 玉ねぎ にんじん 切干大根 もやし きゅうり	600 kcal 21.3g
10	木	食パン	ホキのパン粉焼き カラフルソテー ラビオリスープ 一食黒豆きなこクリーム	ホキ 牛乳 ベーコン ラビオリ	パセリ にんにく ★パプリカ ★小松菜 玉ねぎ キャベツ とうもろこし にんじん	572 kcal 25.9g
11	金	ごはん	マーボーなす 揚げぎょうざ コーンと卵のスープ	ぶた肉 厚揚げ 赤みそ 牛乳 ぎょうざ とり肉 卵	にら ★なす しいたけ 白ねぎ しょうが にんにく ねぎ 玉ねぎ とうもろこし きくらげ	612 kcal 21.8g
14	月	麦ごはん	キーマカレー シーフードマリネ	ぶた肉 金時豆 牛乳 チーズ えび いか	にんじん 玉ねぎ にんにく しょうが ★水菜 ★パプリカ ★きゅうり レモン	669 kcal 23.3g
15	火	黒糖食パン	焼きそば かぼちゃとアーモンドのサラダ	ぶた肉 天ぷら かつお節 牛乳 青のり	にんじん ねぎ 玉ねぎ キャベツ もやし かぼちゃ ★きゅうり	594 kcal 22.1g
16	水	ごはん	ししゃものいそべ揚げ 里いものそばろ煮 小松菜のみそ汁	ししゃも 牛乳 とり肉 青のり 豆腐 油揚げ ★米みそ 麦みそ	にんじん 枝豆 こんにゃく ★小松菜 玉ねぎ えのきたけ	613 kcal 22.6g
17	木	きな粉揚げパン	チキンサラダ コーンチャウダー	きな粉 とり肉 牛乳 ベーコン 白いんげん豆 チーズ	★きゅうり キャベツ レモン にんじん 玉ねぎ とうもろこし ★グリーンアスパラガス	625 kcal 23.7g
18	金	麦ごはん	博多和牛の牛丼 切干大根のごま酢和え	牛肉 牛乳 ハム	ねぎ 玉ねぎ にんじん 切干大根 もやし ★きゅうり	658 kcal 27.9g
24	木	麦ごはん	中華丼 わかめサラダ	ぶた肉 天ぷら 牛乳 や 焼きぶた わかめ	にんじん ねぎ キャベツ たけのこ きくらげ しょうが 白ねぎ 玉ねぎ もやし ★きゅうり	594 kcal 20.5g
25	金	ごはん	高野豆腐のうま煮 のり和え 一食野菜ふりかけ	高野豆腐 とり肉 牛乳 のり	にんじん 玉ねぎ しいたけ こんにゃく ★小松菜 キャベツ もやし 野菜ふりかけ	599 kcal 23.2g
28	月	ごはん	とりとごぼうの揚げからめ 芦屋産赤しそと野菜の和え物 じゃがいものみそ汁	とり肉 牛乳 豆腐 油揚げ ★米みそ 麦みそ	ごぼう しょうが にんじん ★赤しそ 梅 ★きゅうり キャベツ ねぎ 玉ねぎ	649 kcal 21.3g
29	火	キャロットパン	スパゲティナポリタン チーズのサラダ	ぶた肉 ハム 牛乳 チーズ	にんじん ★ピーマン 玉ねぎ トマト ★きゅうり キャベツ とうもろこし レモン	589 kcal 21.0g
30	水	ごはん	さんまのおかか煮 ひじきの炒め煮 かきたま汁	さんまおかか煮 牛乳 ぶた肉 油揚げ ひじき 卵 豆腐 かまぼこ	にんじん 枝豆 ほうれん草 えのきたけ	618 kcal 25.5g

※ かまぼこなどの魚肉練り製品、ハムなどの肉加工品、マヨネーズは卵の入っていない製品を使用しています。

常温で長期間保管ができる乾物やレトルト・缶詰の食品は、災害時の備えにぴったりです。

日常よく食べている食材を多めに買い置きし、食べたら
買い足す「ローリングストック」は、無理なく備えることが
できる方法です。1日の給食では、レトルトや缶詰の
「ツナ」「ミックスビーンズ」「コーン」「みかん缶」
「マカロニ」などを使用しています。



ちさんちしょう
地産地消 ～地域の食材を味わおう！～

18日は福岡県産の「博多和牛」
28日は芦屋産の「赤しそ」を使います！
味わって食べてください★

