



令和 8 年 9 月 学校給食献立表 (小学校)



東松山市教育委員会

にち 日	よう 曜	献立名 (こんだてめい)		食 品 名			栄 養 量	
		主食 (しゅしよく) 飲み物 (のみもの) おかず	アレルギー物質 卵、乳、小麦 えび、かに、そば 落花生、くるみ、かぶ、アヲ	エネルギーのもとになる食品	体をつくるもとになる食品	体の調子を整えるもとになる食品	エネルギー (kcal) キロカロリー	たんぱく質 (g) グラム
3	木	ごはん ぎゅうにゅう ユーリンチー マーボーどうふ	乳 コムギ コムギ	ごはん あぶら ごまあぶら きびぎとう あぶら さとう ごまあぶら てんぶん	ぎゅうにゅう とりのからあげ どうふ、ぶたにく みそ	にんにく しょうが ねぎ にんにく しょうが にんじん たまねぎ ねぎ たけのこ ほししいたけ にら	659	27.4
4	金	はちみつパン なつやさいのボロネーゼ(こなチーズ) ぎゅうにゅう ナタデココいりフルーツポンチ	小麦 小麦 (乳) 乳	はちみつパン スパゲティー あぶら ナタデココ シャインマスカットゼリー	ぶたにく ぶたレバー こなチーズ ぎゅうにゅう	にんにく セロリ たまねぎ にんじん なす ビーマン トマト なし なつみかん バイン	585	21.6
7	月	ごはん ぎゅうにゅう こもちししゃもフリッター キムタクいため とうがんのみそしる	乳 小麦 コムギ	ごはん あぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう こもちししゃもフリッター ぶたにく あぶらあげ どうふ わかめ みそ	ねぎ にんじん キムチ たくあん にんじん えのきたけ とうがん ねぎ	635	24.3
8	火	ごはん ぎゅうにゅう ホイコーロー クイッティオのスープ	乳 コムギ コムギ	ごはん あぶら きびぎとう てんぶん ごまあぶら クイッティオ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とりにく	にんにく しょうが ねぎ にんじん キャベツ ビーマン しょうが にんじん たまねぎ たけのこ ほししいたけ もやし ねぎ シンゲンサイ	588	24.8
9	水	ごはん そぼろごはんのぐ ぎゅうにゅう ボロニアハムカツ きくかまぼこのすましじる	卵 コムギ 乳 コムギ	ごはん さとう あぶら	とりにく ぶたにく たまごそぼろ ぎゅうにゅう ボロニアハムカツ どうふ、きくかたかまぼこ	しょうが たまねぎ たけのこ にんじん えだまめ にんじん だいこん えのきたけ ねぎ こまつな	605	21.6
10	木	チキンチーズバーガー(こどもパンスライス) クリスピーチキン サンドようサラダ(ドレッシング) スライスチーズ ぎゅうにゅう コーンチャウダー	(小麦) 乳 乳 乳 小麦	こどもパンスライス あぶら サウザンアイランドドレッシング バター じゃがいも	クリスピーチキン スライスチーズ ぎゅうにゅう ベーコン ぎゅうにゅう スkimミルク シュレット チーズ なまクリーム	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん コーン パセリ	656	30.3
11	金	キーマカレーライス(むぎごはん) ぎゅうにゅう くきわかめのサラダ(ドレッシング)	乳 小麦 乳	むぎごはん あぶら じゃがいも きびぎとう しおちゅうかドレッシング	ぶたにく ぶたレバー だいず ぎゅうにゅう スkimミルク シュレット チーズ ぎゅうにゅう くきわかめ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん コーン えだまめ キャベツ コーン にんじん きゅうり	650	21.3
14	月	ごはん ぎゅうにゅう たらのにんにくバターしょうゆ とうふのちゅうかに	乳 乳 コムギ コムギ	ごはん あぶら きびぎとう バター あぶら さとう てんぶん ごまあぶら	ぎゅうにゅう たらでんぶんつき どうふ、ぶたにく なんと	レモン にんにく にんにく しょうが たまねぎ にんじん こまつな	629	26.8
15	火	チリコンカンドッグ(コッペパン) ロングウインナー チリコンカン ぎゅうにゅう やさいスープ	(小麦) 小麦 乳 コムギ	コッペパンスライス オリーブオイル しろいんげんめ レッドキドニー きびぎとう パンこ じゃがいも	ロングウインナー ぶたにく ぶたレバー だいず ぎゅうにゅう ベーコン	にんにく にんじん たまねぎ トマト にんじん たまねぎ マッシュルーム コーン キャベツ シンゲンサイ	635	31.2
16	水	とんこつおラーメン(ホットちゅうかめん) ぎゅうにゅう しゅうまい(2コ) キャベツのサラダ(ドレッシング) みかんこんにやくゼリー	乳 小麦 (小麦) 乳 小麦	ホットちゅうかめん あぶら ごまあぶら コーンドレッシング みかんこんにやくゼリー	ぶたにく なんと ぎゅうにゅう しゅうまい	にんにく しょうが にんじん たまねぎ もやし ねぎ キャベツ コーン にんじん きゅうり	601	24.2
17	木	わかめごはん ぎゅうにゅう あつやきたまご きりぼしだいこんのもの ごまじる	乳 卵 小麦 コムギ	わかめごはん あぶら きびぎとう あぶら じゃがいも ごま	ぎゅうにゅう あつやきたまご ぶたにく あぶらあげ こおりどうふ とりにく どうふ、みそ	きりぼしだいこん ほししいたけ にんじん さやいんげん ごぼう にんじん だいこん ねぎ こまつな	603	24.8
18	金	けいはん ごはん(きざみのり) けいはんのぐ けいはんスープ ぎゅうにゅう あげぎょうざ(2コ)	卵 コムギ コムギ 乳 小麦	ごはん きびぎとう きびぎとう あぶら	きざみのり とりにく たまごそぼろ ぎゅうにゅう ぎょうざ	さやいんげん ほししいたけ つぼづけ しょうが にんじん こねぎ レモン	590	22.5
24	木	ごはん チキンライスのぐ ぎゅうにゅう かぼちゃコロッケ ラビオリスープ	乳 小麦 小麦	ごはん あぶら きびぎとう あぶら あぶら ラビオリ	とりにく ぎゅうにゅう ぶたにく	にんにく にんじん たまねぎ マッシュルーム コーン ビーマン かぼちゃコロッケ にんじん たまねぎ もやし キャベツ パセリ	610	20.3
25	金	ごはん ぎゅうにゅう おつきみハンバーグ やさしいため おつきみすましじる おつきみだいふく	乳 コムギ コムギ コムギ	ごはん きびぎとう てんぶん あぶら おつきみだいふく	ぎゅうにゅう うさぎがたハンバーグ ぶたにく とりにく つきみかまぼこ どうふ	にんじん もやし キャベツ ピーマン にんじん だいこん ねぎ こまつな	660	24.2
28	月	ごはん ぎゅうにゅう いわしカレーフライ じゃがいものそぼろに	乳 小麦 コムギ	ごはん あぶら あぶら じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう いわしカレーフライ ぶたにく	たまねぎ にんじん えだまめ	621	21.0
29	火	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのしょうがいため さつまじる	乳 コムギ	ごはん あぶら さとう てんぶん あぶら さつまいも	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく あぶらあげ どうふ、みそ	しょうが たまねぎ にんじん もやし ビーマン ごぼう にんじん だいこん ねぎ	620	24.5
30	水	なすのかけじるうどん(じごなうどん) ぎゅうにゅう ちくわのいそべあげ さくさくサラダ(ドレッシング)	コムギ (小麦) 乳 小麦 (コムギ)	じごなうどん ごまあぶら ごま こむぎこ あぶら ごま たまねぎドレッシング	ぶたにく あぶらあげ ぎゅうにゅう ちくわ あおのり	にんじん だいこん なす ねぎ こまつな にんじん きゅうり キャベツ れんこん えだまめ	598	23.6
計 17 回			コムギは 醤油由来 です。	※はしは毎日持っていきましょう ※材料入荷の都合により献立の変更があります ※給食で使用している魚は骨取りではありません		平均栄養量	620	24.4

※ アレルギー表記については、食材納入業者から提出された製品規格書の記載に基づき9大アレルギーのみ表記したものです。
コンタミネーションに関する表記はしておりません。コンタミネーションについては学校給食センターまでお問い合わせください。
※ 中学校の献立で使われていない食材であっても、小学校の献立で使用している場合もあります。交差のないよう注意して調理しておりますが
同じ調理場内で調理しておりますのでご了承ください。
※ 主食工場では、次の食材を含む製品を製造しています。
・パン製造工場では、乳を含む製品を製造しています。
・製麺工場では、そば、卵を含む製品を製造しています。
・米飯製造工場では、小麦を含む製品を製造しています。
※ 使用材料をすべて載せているわけではありません。

企業版ふるさと納税寄附企業のご紹介
かつこ株式会社様から企業版ふるさと納税でご寄附をいただきました。寄附金は学校給食運営事業
に活用させていただきます。

～9月の行事食～

9日 ちゅうよう せっぽう
重陽の節句
18日 にち
かごしまけんきょうどりょうり
鹿児島県郷土料理
25日 にち
じゅうごやこんだて
十五夜献立

秋は食べ物の
おいしい季節です！

2学期がはじまります。
生活リズムをもどしま
しょう！！

