



9月分 学校給食こんだて表

小豆島町立学校給食センター

2021/9/1

オーリーが注目している料理にクッキングオーリーがついています！

※都合により献立は変更することがあります。

日曜	献立名	使用する食品名						調味料ほか
		おもに体の組織をつくる(赤)		おもに体の調子を整える(緑)		おもにエネルギーとなる(黄)		
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		魚・肉・大豆・大豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂	
1 水	わかめごはん・牛乳	ぶた肉	牛乳 ★たきこみわかめ	にんじん	ごぼう えだまめ	米	オリーブ油	だしの素
	ほうれんそうのツナあえ	ツナ		ほうれんそう にんじん	キャベツ	さとう		しょうゆ ポン酢
	じゃがいものみそ汁			にんじん ねぎ	たまねぎ	じゃがいも		みそ (煮干し)
	ココアワッフル					ワッフル		
2 木	ごはん・牛乳		牛乳			米		
	さばのしょうが煮	★さばのしょうが煮						
	こまつなのコーンあえもの			こまつな にんじん	キャベツ コーン			しょうゆ みりん
	具だくさんのみそ汁	油あげ		ねぎ	たまねぎ だいこん しめじ			みそ (煮干し)
3 金	ハヤシライス・牛乳	ぶた肉	牛乳	にんじん	たまねぎ	米 じゃがいも	オリーブ油	★米粉ハヤシルー しょうゆ ソース ワイン こしょう ブイヨン
	ブロッコリーのサラダ	ハム	わかめ	ブロッコリー	キャベツ	さとう	オリーブ油	しょうゆ 酢
	お米のムース					★ムース		
6 月	ごはん・牛乳		牛乳			米		
	チンジャオロースー	牛肉		にんじん ピーマン	たけのこ しょうが	さとう でんぷん	オリーブ油	しょうゆ 酒 中華スープ 塩
	五目スープ	ハム とうふ		チンゲンサイ ねぎ	たまねぎ ほしいたけ			酒 がらスープ しょうゆ 塩 こしょう ブイヨン
	とろけるプリン(豆乳)					★プリン		
7 火	コッペパン・牛乳		牛乳			★コッペパン		
	さけのみそマヨネーズ焼き	さけ			たまねぎ		マヨネーズ	みそ こしょう ワイン 塩
	カラフルサラダ			ブロッコリー にんじん	キャベツ	さとう	オリーブ油	塩 酢 こしょう
	ポテトスープ	ベーコン		にんじん	たまねぎ	じゃがいも		がらスープ こしょう しょうゆ ブイヨン 塩
チョコクリーム					★チョコクリーム			
8 水	ごはん・牛乳		牛乳			米		
	高野豆腐の煮物	オリーブ地鶏 こうやとうふ		にんじん さやいんげん	たまねぎ ほしいたけ	さとう		しょうゆ だしの素
	もやしのおかかあえ	かつお節		ほうれんそう にんじん	もやし			しょうゆ みりん
	味つけのり		★味つけのり					
冷凍みかん			みかん					
9 木	ごはん・牛乳		牛乳			米		
	肉じゃが	ぶた肉 牛肉		にんじん	たまねぎ	じゃがいも さとう こんにゃく	オリーブ油	しょうゆ 酒 みりん だしの素
	くるみあえ			ほうれんそう にんじん	キャベツ	さとう	くるみ オリーブ油	しょうゆ 酢
	はっばでポリフェクッキー					★クッキー		
10 金	ドライカレー(麦ごはん)・牛乳	牛肉 ぶた肉	牛乳	ピーマン にんじん	たまねぎ	米 麦 さとう	オリーブ油	カレー粉 こしょう 塩 ウスターソース ブイヨン
	海そうと豆のサラダ	だいず	海そう	にんじん	キャベツ きゅうり	さとう	ごま油	しょうゆ 酢
	キャンディーチーズ		チーズ					
13 月	ダイシモチ麦ごはん・牛乳		牛乳			米 ダイシモチ麦		
	なすと厚揚げのみそ炒め	ぶた肉 あつあげ		にんじん にら	なす 干しいたけ たまねぎ にんにく しょうが	さとう でんぷん	オリーブ油 ごま油	ブイヨン みそ しょうゆ 酒 トウバンジャン
	ブロッコリーのあえもの			ブロッコリー にんじん	キャベツ	さとう	ごま	しょうゆ



14	火	スイートロール・牛乳		牛乳			★スイートロール			
		ツナのしょうゆスパゲティ	ベーコン ツナ		にんじん ピーマン	たまねぎ エリンギ	スパゲティ	オリーブ油	ブイヨン 塩 こしょう しょうゆ	
		ひじきのサラダ		ひじき	にんじん	キャベツ きゅうり コーン	さとう	オリーブ油	しょうゆ 酢	
		りんご				りんご				
15	水	ごはん・牛乳		牛乳			米			
		さわらのごま風味焼き	さわら			しょうが	さとう	ごま	しょうゆ みりん 酒	
		コーンあえ			ほうれんそう	キャベツ コーン			しょうゆ	
		かぼちゃのみそ汁		わかめ	かぼちゃ ねぎ	たまねぎ			みそ(煮干し)	
16	木	ごはん・牛乳		牛乳			米			
		オリーブ地鶏のしょうがいため	オリーブ地鶏		にんじん	たまねぎ キャベツ しょうが		オリーブ油	しょうゆ みりん 酒 ブイヨン	
		ほうれんそうのごまあえ			ほうれんそう にんじん	キャベツ		ごま	しょうゆ みりん	
		野菜と果物のゼリー						★ゼリー		
17	金	中華丼(麦ごはん)・牛乳	ぶた肉 いか うすら卵	牛乳	にんじん	たまねぎ キャベツ しょうが	米 麦 でんぷん	ごま油 オリーブ油	酒 ブイヨン ガラスープ 塩 こしょう しょうゆ	
		ブロッコリーのごますあえ			ブロッコリー にんじん	キャベツ	さとう	ごま油 ごま	しょうゆ 酢	
		小魚アーモンド(中のみ)		小魚				アーモンド		
21	火	ハンバーガー・牛乳	★ハンバーグ	牛乳	にんじん	キャベツ	★米粉パン	さとう	トマトケチャップ ソース ワイン	
		彩りスープ	ベーコン		ちんげんさい にんじん にら	たまねぎ			がらすープ 塩 しょうゆ ブイヨン	
		お月見ゼリー						★ゼリー		
中2なし (五色台)	22	木	ごはん・牛乳		牛乳			米		
			焼き豆腐のみそそぼろ煮	焼き豆腐 ぶた肉		にんじん にら	たけのこ しょうが にんにく ほしいたけ	さとう	ごま油	しょうゆ みそ 中華スープ 酒
			バンサンスー	ハム		にんじん	もやし きゅうり	はるさめ さとう	ごま油	しょうゆ 酢 粉からし
中2なし (五色台)	24	金	ごはん・牛乳		牛乳			米		
			豚肉のみそいため	ぶた肉		にんじん ピーマン	キャベツ たまねぎ しょうが	さとう	オリーブ油	しょうゆ みそ 酒
			きゅうりの酢の物		わかめ		きゅうり キャベツ	さとう		塩 酢 しょうゆ レモン汁
			牛乳プリン						★プリン	
安田小なし 池田小なし	27	月	チキンライス・牛乳	とり肉	牛乳	にんじん	たまねぎ	米	オリーブ油	ワイン ケチャップ ソース ブイヨン 塩 しょうゆ
			コーンサラダ				キャベツ きゅうり コーン	さとう	オリーブ油	しょうゆ 酢
			チンゲン菜のスープ	ウインナー		チンゲンサイ ねぎ	たまねぎ ほしいたけ			がらすープ 酒 しょうゆ ブイヨン
			さつまいもと栗のタルト						★タルト	
28	火	ミルクパン・牛乳		牛乳			★ミルクパン			
		わかめうどん	ぶた肉	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ	うどん		しょうゆ(煮干し)	
		ちくわのいそべあげ	ちくわ	青のり			てんぷら粉	オリーブ油		
		ほうれんそうのごまあえ			ほうれんそう にんじん	キャベツ		ごま	しょうゆ みりん	
29	水	ごはん・牛乳		牛乳			米			
		なす入りマーボー豆腐	とうふ ぶた肉		にら	なす 根深ねぎ にんにく しょうが 干しいたけ	でんぷん さとう	ごま油	しょうゆ 豆板醤 みそ 中華スープ ケチャップ	
		こまつなのおかかあえ	かつお節		こまつな にんじん	キャベツ			しょうゆ	
		元気ヨーグルト		ヨーグルト						
30	木	ごはん・牛乳		牛乳			米			
		牛肉と大豆のなかよし煮	大豆 牛肉		にんじん さやいんげん	ごぼう	こんにゃく さとう	オリーブ油	しょうゆ みりん だしの素	
		キャベツの昆布あえ		★塩吹きこんぶ	ほうれんそう	キャベツ		ごま油		
		バナナ				バナナ				

★は加工食品 (だし用)

※小豆島産食材を使用している**食材名**は**太字**にしています。

