

2021年 9月予定献立表



A献立(あすか野小,生駒南二小,生駒北小,生駒南小,香分小,真弓小,鹿ノ台小)学校用  
生駒市教育委員会 生駒市立生駒北学校給食センター

日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルゲン
1日 (水)	ごはん	ごはん	黄		2日 (木)	コッペパン	コッペパン	黄	乳 小麦	3日 (金)	ごはん	ごはん	黄	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳
	さわらのこみみ	さわら せいしゆ こいくちしょうゆ さんおんとう ゆずかじゆ こめず でんぶん	赤 黄 黄 黄	小麦 大豆		スコッチエッグ	スコッチエッグ	赤	卵 小麦 牛肉 大豆 鶏肉 豚肉		ホイコーロー	ぶたにく でんぶん こめあぶら キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ にら ごまあぶら あかみそ ちゅうかスープ さんおんとう せいしゆ こいくちしょうゆ こしよ テンメンジャン みりん おろししょうが おろしにんにく	赤 黄 緑 緑 緑 黄 黄	豚肉
	ひじきとだいずのサラダ	ひじき だいず にんじん えだまめ こいくちしょうゆ さんおんとう みりん わふうドレッシング	赤 赤 緑 緑 黄 黄	大豆		さやいんげんとにんじんのサラダ	さやいんげん にんじん ごまドレッシング	緑 緑 黄	小麦 大豆 ごま		ちゅうごくのりより			ごま 大豆 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま
	こまつなのみそしる	ながいも こまつな たまねぎ あつあげ だしのもと みそ	黄 黄 緑 赤 赤	やまいも 大豆 さば 大豆		ミネストローネ	ベーコン にんじん たまねぎ じゃがいも まめ・ざこくミックス ホールトマト こめあぶら コンソメスープ しお こしよ さんおんとう	赤 緑 黄 黄 黄	豚肉 大豆 小麦 大豆 鶏肉		きりぼしだいごんのちゅうかいため	チキンハム きりぼしだいごん えのきたけ うすくちしょうゆ さんおんとう こめず みりん こめあぶら	赤 緑 黄	鶏肉 小麦 大豆
		エネルギー 644kcal		たんぱく質 26.4g			エネルギー 595kcal		たんぱく質 24.0g			エネルギー 704kcal		たんぱく質 24.3g
6日 (月)	ごはん	ごはん	黄		7日 (火)	コッペパン	コッペパン	黄	乳 小麦	8日 (水)	ごはん	ごはん	黄	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳
	あじのあまからあんかけ	あじ でんぶん こめあぶら こいくちしょうゆ さんおんとう おろししょうが でんぶん	赤 黄 黄 黄	小麦 大豆		トマトグラタン	トマトグラタン	黄	大豆 りんご		いかのてりやき	いか せいしゆ こいくちしょうゆ さんおんとう みりん でんぶん	赤 黄 黄	いか 小麦 大豆
	こまつなのごまあえ	こまつな にんじん しろいりごま しろすりごま だししょうゆ	緑 黄 黄	ごま 小麦 大豆		れんこんのようふうソテー	れんこん さやいんげん オリーブオイル コンソメスープ こいくちしょうゆ ブラックペッパー	緑 黄	小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆		やさいのわふうあんかけ	たまねぎ にんじん チンゲンサイ あつあげ でんぶん だしのもと さんおんとう みりん こしよ こいくちしょうゆ	緑 緑 赤 黄	大豆 さば
	せんべいじる	かやきせんべい ぶたにく ごぼう しいたけ ねぎ だしのもと せいしゆ うすくちしょうゆ みりん	黄 赤 緑 緑	小麦 豚肉 さば 小麦 大豆		コンソメスープ	ロースハム たまねぎ かぼちゃ にんじん えだまめ コンソメスープ こしよ うすくちしょうゆ	赤 緑 緑 緑	豚肉 大豆 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆		ぶたじる	ぶたにく しめじ にんじん きりぼしだいごん みそ こめあぶら せいしゆ だしのもと	赤 緑 緑 赤 黄	豚肉 大豆 さば
		エネルギー 680kcal		たんぱく質 27.6g			エネルギー 682kcal		たんぱく質 21.0g			エネルギー 622kcal		たんぱく質 28.1g
9日 (木)	こめこパン	こめこパン	黄	乳 小麦	10日 (金)	ごはん	ごはん	黄		13日 (月)	ごはん	ごはん	黄	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳
	いわしバジルフライ	いわしバジルフライ こめあぶら	赤 黄	小麦 大豆		とりにくのたつたあげ (2こ)	とりにくのたつたあげ こめあぶら	赤 黄	小麦 大豆 鶏肉		やきとり	とりにく しろねぎ おろししょうが こいくちしょうゆ せいしゆ みりん さんおんとう こめあぶら でんぶん	赤 緑 黄 黄	鶏肉 小麦 大豆
	ペンネのデミグラスソースに	マカロニ (ペンネ) たまねぎ マッシュルーム えだまめ ソテーオニオン オリーブオイル おろしにんにく こしよ コンソメスープ デミグラスソース リンゴピューレ ウスターソース こいくちしょうゆ	黄 緑 緑 緑 黄	小麦 大豆		ほうれんそうのおひたし	ほうれんそう にんじん えのきたけ だししょうゆ	緑 緑 黄	小麦 大豆		さやいんげんとツナのいためもの	さやいんげん ツナ (みず)に にんじん こしよ だしのもと うすくちしょうゆ さんおんとう こめあぶら	緑 赤 緑	さば 小麦 大豆
	ささみのレモンスープ	ササミ たまねぎ にんじん さやいんげん レモンじる コンソメスープ しお うすくちしょうゆ こしよ	赤 緑 緑 緑	鶏肉 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆		すましじる	たまねぎ とうふ オクラ にんじん だしのもと うすくちしょうゆ みりん	緑 赤 緑	大豆 さば 小麦 大豆		あかだし	とうふ まめふ とうがん にんじん わかめ あかみそ みそ だしのもと	赤 黄 緑 赤 赤	大豆 小麦 大豆 さば
	ミルクココア	ミルクココア	黄	大豆			エネルギー 629kcal		たんぱく質 29.0g			エネルギー 612kcal		たんぱく質 27.2g
14日 (火)	コッペパン	コッペパン	黄	乳 小麦	15日 (水)	ごはん	ごはん	黄		16日 (木)	しよパン	しよパン	黄	乳 小麦
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳
	かつおのケチャップソース	かつお (かきり) でんぶん こめあぶら トマトケチャップ トマトベースソース ウスターソース さんおんとう あかワイン でんぶん	赤 黄 黄 黄	大豆		タンスユク	ぶたにく (でんぶんつき) こめあぶら たまねぎ にんじん こいくちしょうゆ こめず さんおんとう ウスターソース せいしゆ でんぶん	赤 黄 緑 黄	豚肉 小麦 大豆		ハンバーグ	ハンバーグ (ケチャップソース)	赤	小麦 鶏肉 豚肉 りんご
	なすとズッキーニのソテー	なす ズッキーニ あかバブカ しお こしよ コンソメスープ うすくちしょうゆ こめあぶら	緑 緑 緑	小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆		かんこのりより					キャベツのソテー	キャベツ にんじん こめあぶら スープストック こしよ しお	緑 黄	大豆 豚肉
	カレースープ	ロースハム キャベツ にんじん たまねぎ こめあぶら カレーウ カレー コンソメスープ しお こしよ	赤 緑 緑 黄	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆 鶏肉		もやしナムル	もやし ほうれんそう ナムルドレッシング	緑 黄	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま		コーンポタージュ	じゃがいも たまねぎ にんじん クリームコーン パセリ ぎゅうにゅう バター だっしふんにゅう スープストック コンソメスープ こしよ しお じょうしんこ	黄 緑 緑 赤 黄 赤	乳 乳 乳 大豆 豚肉 小麦 大豆 鶏肉
		エネルギー 601kcal		たんぱく質 28.5g			エネルギー 640kcal		たんぱく質 21.2g			エネルギー 660kcal		たんぱく質 25.5g

