



日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルギー	日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルギー	日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルギー
1日 (金)	ごはん	ごはん	黄		4日 (月)	ごはん	ごはん	黄		5日 (火)	アップルパン	アップルパン	黄	乳 小麦 りんご
	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
	さんまのおかか	さんまのおかか	赤	小麦 大豆		あげぎょうざ(2こ)	ぎょうざ こめあぶら	赤 黄	小麦 大豆 豚肉 ごま		スコッチエッグ	スコッチエッグ	赤	卵 小麦 大豆 鶏肉 豚肉
	ひじきだいずのもの	ひじき だいず にんじん つきこんやく だしのもと こいくちしょうゆ さんおんとう みりん	赤 赤 赤 黄	大豆 大豆 小麦 大豆		もやしいため	もやし にら にんじん ごしょう ちゅうかスープ うすくちしょうゆ こめあぶら	緑 緑 緑 黄	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま 小麦 大豆		さやいんげんとツナのソテー	さやいんげん ツナ(油漬け) にんじん ごしょう コンソメスープ うすくちしょうゆ	緑 赤 緑	小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆
	すいとん	すいとん たまねぎ にんじん しめじ うすあげ ねぎ みりん だしのもと みそ	黄 緑 緑 緑 赤 赤	小麦 大豆 大豆 さば 大豆		もずくスープ	やきふた たまねぎ とうふ もずく えのきたけ チンゲンサイ とりガラスープ(液体) とりガラスープ(粉末) うすくちしょうゆ	赤 緑 赤 赤 緑 緑	小麦 大豆 豚肉 大豆 鶏肉 鶏肉 小麦 大豆		レタスのスープ	たまねぎ にんじん レタス とうもろこし ニョッキ こめあぶら コンソメスープ うすくちしょうゆ ごしょう	緑 緑 緑 緑 黄 黄	小麦 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆
	やさしいひこ	やさしいひこ									いこまでとれた たまねぎだよ!	いこまでとれた たまねぎだよ!		
	エネルギー 648kcal			たんぱく質 22.3g		エネルギー 596kcal			たんぱく質 19.9g		エネルギー 605kcal			たんぱく質 24.2g
6日 (水)	ごはん	ごはん	黄		6日 (水)	ごはん	ごはん	黄		7日 (木)	コッペパン	コッペパン	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
	はるまき	はるまき こめあぶら	黄 黄	小麦 大豆 鶏肉 ごま		ふたにくのキムチいため	ふたにく せいしゆ おろししょうが たまねぎ チンゲンサイ はくさいキムチ こいくちしょうゆ さんおんとう こめあぶら	赤 緑 緑 緑 黄 黄	豚肉 小麦 大豆		とりにくのパークソース	とりにく リンゴピューレ おろししょうが おろしにんにく こいくちしょうゆ さんおんとう でんぷん	赤 緑 黄 黄	鶏肉 りんご 小麦 大豆
	とんこつラーメン	とんこつラーメン	黄 緑 緑 緑 黄	小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま		とんこつラーメン	こんにやくめん キャベツ にんじん にら たけのこ こめあぶら ラーメンスープ(とんこつ) ちゅうかスープ ごしょう	黄 緑 緑 緑 黄	小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま		れんこんのようふうソテー	れんこん とうもろこし オリーブオイル こいくちしょうゆ おろしにんにく コンソメスープ ブラックペッパー	緑 緑 黄 黄	小麦 大豆 小麦 大豆 鶏肉
	エネルギー 740kcal			たんぱく質 21.6g		エネルギー 613kcal			たんぱく質 26.1g		しろういんげんのポタージュ	しろういんげんまめのピューレ たまねぎ じゃがいも にんじん えりんぎ こめあぶら コンソメスープ こめこシチューのもと しお ごしょう	黄 緑 黄 緑 黄	小麦 大豆 鶏肉
8日 (金)	ごはん	ごはん	黄		11日 (月)	ごはん	ごはん	黄		12日 (火)	コッペパン	コッペパン	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
	かれいのからあげ	かれいのからあげ こめあぶら	赤 黄	小麦 大豆		とりにくのあまずあんかけ	とりにく みりん こめず こいくちしょうゆ さんおんとう でんぷん	赤 黄 黄	鶏肉 小麦 大豆		しろみぎかなフライ	しろみぎかなフライ こめあぶら	赤 黄	小麦 大豆
	ぶたにくとなすのみそいため	ぶたにく にんじん たまねぎ なす おろししょうが みそ みりん せいしゆ こいくちしょうゆ こめあぶら	赤 赤 緑 緑 赤 黄	豚肉 小麦 大豆		にんじんしりり	にんじん もやし ツナ(油漬け) だしのもと こいくちしょうゆ さんおんとう ごしょう	緑 赤 黄	小麦 大豆		ささみとごぼうのサラダ	ササミ ごぼう にんじん ごまドレッシング	赤 緑 緑 黄	鶏肉 小麦 大豆 ごま
	すましじる	たまねぎ とうがん ちらしかまぼこ・きく みつば だしパック うすくちしょうゆ しお	緑 赤 赤 赤 赤	小麦 大豆		にゅうめん	ふしそうめん かまぼこ たまねぎ にんじん しめじ ねぎ だしのもと うすくちしょうゆ	黄 赤 緑 緑 緑 赤 黄	小麦 小麦 大豆		ブルーヨーグルト	ブルーヨーグルト	赤	乳 セラチン
	エネルギー 627kcal			たんぱく質 25.7g		エネルギー 660kcal			たんぱく質 25.5g		エネルギー 693kcal			たんぱく質 29.2g
13日 (水)	むぎいりごはん	ごはん むぎ	黄 黄		14日 (木)	こめこパン	こめこパン	黄	乳 小麦	15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
	やきにく	ぎゅうにく たまねぎ にんじん にら こめあぶら おろししょうが おろしにんにく こいくちしょうゆ せいしゆ さんおんとう みりん コチユジャン ごしょう	赤 赤 緑 緑 黄	牛肉 小麦 大豆		あつあげのちゅうかに	あひびミンチ あつあげ(大) たまねぎ チンゲンサイ たけのこ にんじん おろししょうが おろしにんにく ごしょう こいくちしょうゆ オイスターソース しお でんぷん せいしゆ ちゅうかスープ	赤 赤 赤 緑 緑 緑 黄	牛肉 豚肉 大豆 小麦 大豆 小麦 大豆 小麦 大豆		とりにくとこんさいのつくね	とりにくとこんさいのつくね おろししょうが せいしゆ こいくちしょうゆ さんおんとう みりん でんぷん	赤 黄 黄	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま 小麦 大豆
	わかめスープ	わかめ もやし たまねぎ しいたけ ちゅうかスープ うすくちしょうゆ ごしょう こめあぶら	赤 赤 緑 緑	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま 小麦 大豆		ながいもあげ	ながいもあげ こめあぶら	黄 黄	やまいも		じゃこピーマン	ちりめんじゃこ ピーマン しろいりごま うすくちしょうゆ さんおんとう せいしゆ みりん こめあぶら	赤 緑 黄 黄	ごま 小麦 大豆
	だいがくいも	さつまいも こめあぶら さんおんとう こいくちしょうゆ こめず	黄 黄 黄	小麦 大豆		ちゅうかあえ	ローズハム にんじん きりぼしだいこん きゅうり ちゅうかドレッシング	赤 赤 緑 緑 黄	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 りんご ごま		とうふのみそしる	とうふ たまねぎ えのきたけ わかめ ねぎ みそ だしのもと	赤 赤 赤 赤 赤	大豆 大豆 大豆 大豆 さば
	エネルギー 714kcal			たんぱく質 20.4g		エネルギー 641kcal			たんぱく質 27.4g		エネルギー 629kcal			たんぱく質 22.6g

9月1日は「防災の日」です。  
1923年9月1日に発生した  
関東大震災に由来します。  
今年はそのからちょうど100年目の年にあたります。  
日本では、地震、津波、豪雨、台風などの災害が多発  
しています。災害はいつ起こるか分かりません。  
この時期に、災害について考えたり、備えたりしましょう。

### 重陽の節句

9月9日は「重陽の節句」と言われ、平安時代  
の初めに中国より伝わりました。3月3日の  
桃の節句、5月5日の端午の節句と並び、9月9日は長寿  
を願う節句で「菊の節句」と言われています。  
作物の収穫の時期と重なることから「くり」や「なす」を  
食べることで無病息災を願います。給食ではなすを  
使った「豚肉となすのみそ炒め」を取り入れました。



Table with 4 columns: Date, Dish Name, Ingredients, Allergens. Rows for 19th (火) and 20th (水) days.

Table with 4 columns: Date, Dish Name, Ingredients, Allergens. Rows for 22nd (金) and 23rd (土) days.

Table with 4 columns: Date, Dish Name, Ingredients, Allergens. Rows for 25th (月) and 26th (火) days.

Table with 4 columns: Date, Dish Name, Ingredients, Allergens. Rows for 28th (木) and 29th (金) days.

食育の日・わ食の日

がね

鹿児島県では、さつまいもの生産量が全国1位です。そのため、さつまいもを使った郷土料理がいくつもあります。

「がね」は、さつまいもや野菜を太めの千切りにし、衣をつけて揚げる料理で、その見た目が「かに(鹿児島弁でがねという)」に似ていることからこの名がついたと言われています。

昔から、正月に食べたり、子どものおやつとして食べたりして、親しまれている料理です。鹿児島県の食文化に触れ、味わっていただきましょう。

かごしまけんのきょうどりようり



Table with 4 columns: Date, Dish Name, Ingredients, Allergens. Rows for 27th (水) and 28th (木) days.

Table with 4 columns: Date, Dish Name, Ingredients, Allergens. Rows for 29th (金) and 30th (土) days.

【食品に関するアレルギーについて】

予定献立表には、毎日の献立名・食品名・食品に関するアレルギーを表示します。アレルギーに関しては、特定原材料(7品目)および特定原材料に準ずるもの(21品目)を記載します。

【アレルギー表示対象品目】

Table with 2 columns: Category (e.g., 表示義務づけ特定原材料) and List of items (e.g., 卵・乳・小麦・そば).

○食品に関しては、献立名が同じであっても月により使用する製品のメーカーが異なる場合があります。それに伴い、含まれるアレルギーも異なる場合がありますので、毎日確認してください。

【献立のマークについて】

- Icons and descriptions for: 地場産物(鹿児島産とれたもの)を使っています, カミカミ献立(よくかんで食べましょう), 給食センター返却用のゴミ袋がつきます, スプーンがつきます, 魚の日です(骨に注意して、よくかんで食べましょう).

毎月19日は「食育の日・わ食の日」です。生駒市では、毎月19日頃の給食の献立において以下の取組をします。

【栄養三色】

赤…おもに体を作るものになるもの
緑…おもに体の調子をととのえるもの
黄…おもにエネルギーのもとになるもの

今月の平均栄養量

Table with 10 columns: Energy (kcal), Protein (g), Fat (g), Calcium (mg), Iron (mg), Vitamin B1 (mg), Vitamin B2 (mg), Vitamin B6 (mg), Vitamin C (mg).

Table with 4 columns: Date, Dish Name, Ingredients, Allergens. Rows for 29th (金) and 30th (土) days.