



日	献立名	材料名	栄養六群	アレルギー	日	献立名	材料名	栄養六群	アレルギー	日	献立名	材料名	栄養六群	アレルギー
1日 (金)	重陽の節句献立	ごはん	5		4日 (月)	ごはん	ごはん	5		5日 (火)	コッペパン	コッペパン	5	乳 小麦
		牛乳	2	乳		牛乳	牛乳	2	乳		牛乳	牛乳	2	乳
		かれいのから揚げ	1	小麦 大豆		鶏肉と根菜のつくね	鶏肉と根菜のつくね おろししょうが 清酒 こいくちしょうゆ 三温糖 みりん でん粉	1	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま		白身魚フライ	白身魚フライ こめ油	1	小麦 大豆
		豚肉となすのみそ炒め	1	豚肉		じゃこビーマン	ちりめんじゃこ ビーマン 白いりごま うすくちしょうゆ 三温糖 清酒 みりん こめ油	2	ごま 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	1	鶏肉
		すまし汁	4	小麦 大豆		とうふのみそ汁	とうふ たまねぎ えのきたけ わかめ ねぎ みそ だしの素	1	大豆		コンソメスープ	ウインナー にんじん たまねぎ キャベツ こめ油 コンソメスープ うすくちしょうゆ こしょう	1	豚肉
		エネルギー	748kcal	たんぱく質		エネルギー	743kcal		たんぱく質		エネルギー	833kcal		たんぱく質
				32.6g					26.7g					31.9g
6日 (水)	重陽の節句	ごはん	5		7日 (木)	米粉パン	米粉パン	5	乳 小麦	8日 (金)	アップルパン	アップルパン	5	乳 小麦 りんご
		牛乳	2	乳		牛乳	牛乳	2	乳		牛乳	牛乳	2	乳
		鶏肉の甘酢あんかけ	1	鶏肉		厚揚げの中華煮	合びきミンチ 厚揚げ(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 おろしんにく こしょう こいくちしょうゆ オイスターソース 塩 でん粉 清酒 中華スープ	1	牛肉 豚肉 大豆		スコッチエッグ	スコッチエッグ トマトケチャップ 三温糖 ウスターソース とんかつソース でん粉	1	卵 小麦 大豆 鶏肉 豚肉
		にんじんしりしり	3	卵 小麦 大豆		長いも揚げ	長いも揚げ こめ油	5	やまいも		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 こしょう コンソメスープ うすくちしょうゆ	3	小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆
		にゅうめん	5	小麦		中華和え	ロースハム にんじん 切り干し大根 きゅうり 中華ドレッシング	1	豚肉		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 こめ油 コンソメスープ うすくちしょうゆ こしょう	4	小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆
		エネルギー	803kcal	たんぱく質		エネルギー	838kcal		30.3g		エネルギー	794kcal		たんぱく質
				33.3g					24.9g					29.5g
11日 (月)	防災の日献立	ごはん	5		12日 (火)	ごはん	ごはん	5		13日 (水)	麦入りごはん	ごはん 麦	5	
		牛乳	2	乳		牛乳	牛乳	2	乳		牛乳	牛乳	2	乳
		さんまのおかか煮	1	小麦 大豆		春巻き	春巻き こめ油	5	小麦 大豆 鶏肉 ごま		あじのピリ辛焼き	あじのピリ辛焼き	1	小麦 大豆 りんご
		ひじきと大豆の煮物	2	大豆		豚肉のキムチ炒め	豚肉 清酒 おろししょうが たまねぎ チンゲンサイ 白菜キムチ こいくちしょうゆ 三温糖 こめ油	1	豚肉		茎わかめの五目煮	くきわかめ さつまあげ にんじん 豚肉 突こんにゃく 白いりごま ごま油 三温糖 こいくちしょうゆ だしの素 みりん	2	豚肉
		すいとん	5	小麦		豚骨ラーメン	こんにゃく麺 キャベツ にんじん にら たけのこ こめ油 ラーメンスープ(とんこつ) 中華スープ こしょう	5	小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま		すいとん	すいとん たまねぎ にんじん しめじ うす揚げ ねぎ みりん だしの素 みそ	4	小麦
		野菜ふりかけ	1	大豆		エネルギー	839kcal		たんぱく質		野菜ふりかけ	野菜ふりかけ	1	大豆
		エネルギー	751kcal	たんぱく質					24.9g		エネルギー	720kcal		たんぱく質
				25.1g					24.9g					31.3g
14日 (木)		ごはん	5		15日 (金)	コッペパン	コッペパン	5	乳 小麦	14日 (水)	麦入りごはん	ごはん 麦	5	
		牛乳	2	乳		牛乳	牛乳	2	乳		牛乳	牛乳	2	乳
		鶏肉のバーベキューソース	1	鶏肉		揚げぎょうざ(3個)	ぎょうざ こめ油	1	小麦 大豆 豚肉 ごま		あじのピリ辛焼き	あじのピリ辛焼き	1	小麦 大豆 りんご
		れんこんの洋風ソテー	4	小麦 大豆		もやし炒め	もやし にら にんじん こしょう 中華スープ うすくちしょうゆ こめ油	4	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま 小麦 大豆		茎わかめの五目煮	くきわかめ さつまあげ にんじん 豚肉 突こんにゃく 白いりごま ごま油 三温糖 こいくちしょうゆ だしの素 みりん	2	豚肉
		白いんげんのポタージュ	5	小麦 大豆 鶏肉		スーミータン	卵 焼き豚 たまねぎ チンゲンサイ クリームコーン えのきたけ ごま油 中華スープ 清酒 うすくちしょうゆ みりん 塩 こしょう	1	卵 小麦 大豆 豚肉		すいとん	すいとん たまねぎ にんじん しめじ うす揚げ ねぎ みりん だしの素 みそ	4	小麦
		エネルギー	806kcal	たんぱく質		エネルギー	740kcal		33.0g		エネルギー	720kcal		たんぱく質
				33.0g					33.0g					31.3g

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。

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わかりません。この時期に、災害について考えたり、備えたりしましょう。

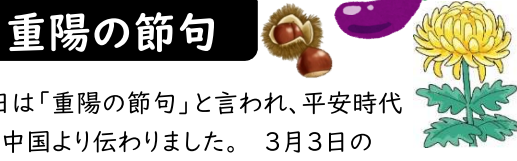




Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養六群, アレルゲン. Rows include items like コッペパン, 牛乳, ハンバーグ, etc.

食育の日・わ食の日 がね 鹿児島県は、台風が頻りにやってくるため、せつかく育てた農作物に被害が出やすいです。...

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養六群, アレルゲン. Rows include items like ごはん, 牛乳, がね, etc.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養六群, アレルゲン. Rows include items like コッペパン, 牛乳, ビーフロッキー, etc.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養六群, アレルゲン. Rows include items like ごはん, 牛乳, いわしのしょうが煮, etc.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養六群, アレルゲン. Rows include items like ごはん, 牛乳, とり天, etc.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養六群, アレルゲン. Rows include items like コッペパン, 牛乳, かつおフライ, etc.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養六群, アレルゲン. Rows include items like 麦入りごはん, 牛乳, 焼肉, etc.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養六群, アレルゲン. Rows include items like 背割りパン, 牛乳, ツナオムレツ, etc.

Table with 4 columns: 献立名, 材料名, 栄養六群, アレルゲン. Rows include items like ごはん, 牛乳, さばの塩焼き, etc.

【食品に関するアレルゲンについて】 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ゲンを表示します。...

【献立のマークについて】 地場産物(奈良県産とれたもの)を使っています。...

今月の平均栄養量 table with columns: 1群, 2群, 3群, 4群, 5群, 6群 and rows for kcal, protein, fat, etc.