

2026年 9月予定献立表



B献立(生駒台小,俵口小,生駒東小,生駒小,桜ヶ丘小)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

9月1日 防災の日 地震や台風など大きな災害が起こると、いつものように水や食べ物を手に入れることが難しくなります。いざという時に困らないように、水や食べ物を備えておくことと安心です。給食の「防災の日献立」を参考に家庭で話をしてみましょう。 常温で、長期間保存ができる乾物 →「和風スパゲティ」のスパゲティ そのまま食べることができる →「乾パン」 「奈良のブルーベリージャム」 賞味期限は きれてないかな？ この量で 足りるかな？					日 献立名 材料名 栄養 三色 アレルギー 1日 (火) コッペパン ぎゅうにゅう オムレツ ラタトゥイユ レタスのスープ コッペパン ぎゅうにゅう ブレンオムレツ ウインナー なす ズッキーニ きバプリカ ソテーオニオン おろしにんにく ホールトマト トマトケチャップ オリーブオイル コンソメスープ あかワイン しお こしょう さんおんとう たまねぎ えりんぎ レタス とうもろこし ニョッキ コンソメスープ うすくちしょうゆ こしょう こめあぶら エネルギー 549kcal	日 献立名 材料名 栄養 三色 アレルギー 2日 (水) ごはん ぎゅうにゅう とりにくとこんさいのつくね こうやどうふのもの ながいものみそしる ごはん ぎゅうにゅう 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 でんぶん こうやどうふ ちくわ にんじん えだまめ さんおんとう だしのもと うすくちしょうゆ みりん ながいも うすあげ たまねぎ にんじん ねぎ みそ だしのもと エネルギー 621kcal			
たんぱく質 22.0g					たんぱく質 23.2g				
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
3日 (木)	コッペパン	コッペパン	黄	乳 小麦	4日 (金)	ごはん	ごはん	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
	かつおフライ	かつおフライ こめあぶら	赤 黄	小麦		キンパのぐ	ぎゅうにく ごまあぶら せいしゆ カットほうれんそう にんじん もやし さんおんとう みりん こいくちしょうゆ コチュジャン でんぶん しろいりごま しろすりごま	赤 黄 緑 緑 黄	牛肉 ごま
ぼうさいのひこんだて	わふうスパゲティ	スパゲティ ぶたにく たまねぎ にんじん しめじ こまつな おろしにんにく コンソメスープ こしょう うすくちしょうゆ せいしゆ オリーブオイル	黄 赤 緑 緑 緑 緑	小麦 豚肉		きざみたくあん	きざみたくあん	緑 緑 黄	小麦 大豆 大豆
	かんパン	かんパン	黄	小麦 大豆 鶏肉		トックスープ	トック たまねぎ たけのこ ねぎ 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 こしょう こめあぶら	黄 黄 黄 黄 黄 黄 黄	小麦 大豆 大豆 ごま ごま 大豆
	ならのブルーベリージャム	ならのブルーベリージャム	黄	小麦 大豆		てまきのり	てまきのり	黄	鶏肉 鶏肉 小麦 大豆
エネルギー 664kcal				たんぱく質 28.5g	エネルギー 601kcal				たんぱく質 24.4g
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
8日 (火)	コッペパン	コッペパン	黄	乳 小麦	9日 (水)	ごはん	ごはん	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
	シューマイ(2こ)	シューマイ	赤	小麦 豚肉	10日 (木)	あげじゃがそぼろあんかけ	じゃがいも こめあぶら あいびきミンチ にんじん たまねぎ グリーンピース でんぶん ざらめ おろししょうが せいしゆ こいくちしょうゆ しお	黄 黄 赤 緑 緑 緑 黄 黄	牛肉 豚肉
はるさめスープ	もやしのちゅうかいため	もやし にら にんじん こしょう とりガラスープ(粉末) うすくちしょうゆ こめあぶら	緑 緑 緑 黄	鶏肉 小麦 大豆		ひじきふりかけ	ひじき ちりめんじゃこ しおこんぶ かつおぶし しろいりごま こいくちしょうゆ さんおんとう みりん せいしゆ こめず	赤 赤 赤 黄 黄	小麦 大豆 小麦 大豆
	はるさめスープ	やきぶた にんじん たまねぎ チンゲンサイ しろねぎ はるさめ ごまあぶら ちゅうかスープ うすくちしょうゆ せいしゆ こしょう	赤 緑 緑 緑 黄 黄	小麦 大豆 豚肉		きんときにまめ	きんときにまめ	黄	小麦 大豆
エネルギー 503kcal				たんぱく質 21.1g	エネルギー 712kcal				たんぱく質 24.0g
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
11日 (金)	ごはん	ごはん	黄	乳 小麦	14日 (月)	ごはん	ごはん	黄	乳 小麦
	ジョア	ジョア(ブレン)	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳
	シーフードカレー	いか にんじん たまねぎ じゃがいも ならのカレールウ トマトケチャップ リンゴビューレ ウスターソース コンソメスープ しろワイン こしょう こめあぶら	赤 緑 緑 黄 緑	いか 小麦 大豆 鶏肉 りんご 小麦 大豆 鶏肉	15日 (火)	とりてん	とりてん こめあぶら	赤 黄	小麦 大豆 鶏肉
とうふナゲット(2こ)	かいそうサラダ	ツナ(油漬け) わかめ くきわかめ きゅうり わふうドレッシング	赤 赤 赤 黄	小麦 大豆		ほうれんそうのいためもの	ほうれんそう たまねぎ にんじん こいくちしょうゆ だしのもと こめあぶら	緑 緑 緑 黄	小麦 大豆 さば
	かいそうサラダ	ツナ(油漬け) わかめ くきわかめ きゅうり わふうドレッシング	赤 赤 赤 黄	小麦 大豆		とうにゅうじる	あつあげ(小) はくさい たまねぎ えのきたけ ねぎ だしのもと だいずペースト とうにゅう みそ	赤 緑 緑 緑 赤 赤 赤	大豆 さば 大豆 大豆 大豆
エネルギー 664kcal				たんぱく質 19.0g	エネルギー 647kcal				たんぱく質 23.1g
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
11日 (火)	コッペパン	コッペパン	黄	乳 小麦	15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
	ハンバーグ	ハンバーグ	赤	大豆 鶏肉 豚肉	ささみのレモンスープ	きのこのデミグラスソースに	しめじ えりんぎ まいたけ オリーブオイル さんおんとう デミグラスソース トマトベースソース リンゴビューレ スープストック こしょう しお	緑 緑 緑 黄 黄	小麦 牛肉 大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン 大豆 りんご 大豆 豚肉
ささみのレモンスープ	ささみのレモンスープ	ササミ たまねぎ にんじん ごまつな こめあぶら レモン汁 コンソメスープ うすくちしょうゆ こしょう	赤 緑 緑 黄 黄	鶏肉		バックミニフィッシュ	バックミニフィッシュ	赤	小麦 大豆 鶏肉 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 ごまつな こめあぶら レモン汁 コンソメスープ うすくちしょうゆ こしょう	赤 緑 緑 黄 黄	鶏肉		バックミニフィッシュ	バックミニフィッシュ	赤	小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆
エネルギー 542kcal				たんぱく質 26.2g					

1kcal I kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	1人1日当量 μg	ビタミンB ₁ mg	ビタミンB ₂ mg	ビタミンC mg
623	24.2	18.4	388	3.3	206	0.55	0.50	15