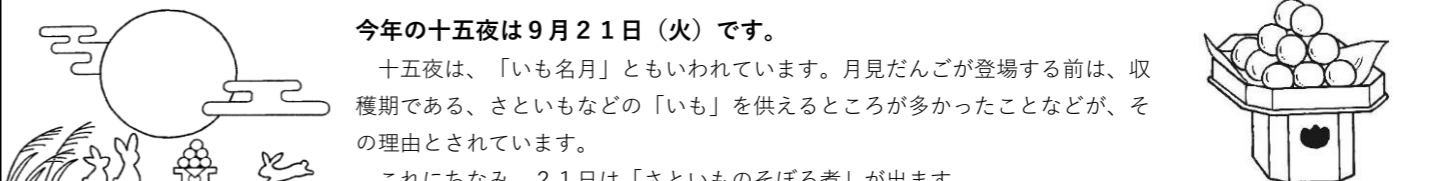


令和3年度		9月分				小学校給食予定献立表(広田)					鴻巣市教育委員会				
日曜	こんだてめい	食品のしゅるい				エネルギーたんぱく質	日曜	こんだてめい	食品のしゅるい				エネルギーたんぱく質		
		エネルギーのもとになる(きいろ)	からだをつくるもとになる(あか)	からだのちょうしをととのえるもとになる(みどり)	調味料				エネルギーのもとになる(きいろ)	からだをつくるもとになる(あか)	からだのちょうしをととのえるもとになる(みどり)	調味料			
①水	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			610	⑩木	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				580		
	キムチチャーハン	こめ ごまあぶら あぶら	ふたにく	にんじん いら たけのこ はくさいキムチ	塩 中華だし 酒 しょうゆ			ちゅうかおこわ	こめ もちこめ さとう ごまあぶら	チャーシュー	にんじん たけのこ ほしいたけ えだまめ	中華だし しょうゆ 酒 塩			
	はるまき	あぶら	はるまき			22.6		やきぎょうざ(低1こ・高2こ)		ぎょうざ			22.9		
	だいこんとしめじのちゅうかスープ れいとうみかん	ごま	とりにく とうふ	にんじん だいこん しめじ ねぎ みかん	中華だし 塩	15%		ビーフソテー	あぶら ビーフ	ふたにく	キャベツ もやし にんじん いら	塩 しょうゆ オイスターソース スープストック	16%		
2木	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			602	⑪金	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				645		
	しよくパン	しよくパン						こどもパンスライス	こどもパン						
	りんごジャム	りんごジャム				25.8		ハンバーグのトマトソースかけ	あぶら さとう	ハンバーグ	にんじん マッシュルーム トマト	ケチャップ ウスターソース 白ワイン	24.8		
	ポークビーンズ	じゃがいも あぶら さとう	ふたにく だいず	たまねぎ にんじん マッシュルーム にんにく トマト	ケチャップ ウスターソース スープストック 塩 しょう油 白ワイン パプリカ粉	17%		ポイルキャベツ パンピングスープ	じゃがいも あぶら こめこ	ベーコン ぎゅうにゅう	キャベツ たまねぎ かぼちゃペースト パセリ	塩 スープストック 塩 しょう油	15%		
フラワーサラダ	ドレッシング														
③金	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			646	⑫火	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				674		
	ごはん	こめ						いなかうどん	じごなうどん ごまあぶら ごま	ふたにく あぶらあげ かまぼこ	にんじん ねぎ ほしいたけ こまつな なす	和風だし しょうゆ みりん			
	かれないレモンふうみ	あぶら さとう	かれないたつたあげ	レモンかじゅう	しょうゆ			さといものそばろに	あぶら さとう さといも でんぶ	とりにく	しょうが	酒 しょうゆ	24.2		
	キャベツのおかかいため	あぶら	かつおぶし	キャベツ	しょうゆ	25.0		じゅうごやデザート	じゅうごやデザート				14%		
なすのみそしる	じゃがいも	あぶらあげ みそ	なす たまねぎ	和風だし	15%										
6月	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			722	⑬水	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				622		
	なつやさいカレーライス	こめ あぶら バター こむぎこ じゃがいも	ふたにく スキムミルク	たまねぎ かぼちゃ トマト コーン えだまめ にんじん マッシュルーム しょうが にんにく すりおろしりんご	カレー粉 ケチャップ しょう油 ウスターソース しょうゆ 塩 スープストック	21.9		たかなピラフ	こめ べいりゅうぼく バター あぶら ごま		にんじん たまねぎ たかなづけ	酒 スープストック 塩 しょう油 しょうゆ	19.8		
	フルーツしらたま	しらたまだんご		りんご バイン みかん		12%		きびなごかりかりフライ(低2こ・高3こ)	あぶら	きびなごかりかりフライ			13%		
3の2リクエスト献立															
⑦火	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			726	⑭金	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				722		
	コーンみそラーメン	ホットちゅうかめん あぶら ごまあぶら	ふたにく なると みそ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ もやし ねぎ にら コーン	しょうゆ 中華だし しょう油	21.7		にくうどん	こめ あぶら さとう	ふたにく	たまねぎ にんじん さやいんげん こんにゃく	酒 しょうゆ			
	キャラメルポテト	さつまいも あぶら バター さとう アーモンド	なまクリーム		塩	12%		きゅうりのつけもの	じゃがいも	あざり とうふ みそ	ねぎ	和風だし	17%		
	ミニトマト(2こ)		ミニトマト					あじつきござかな	あじつきござかな						
⑧水	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			624	⑮月	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				628		
	こぎつねずし	こめ さとう あぶら ごま	とりにく あぶらあげ	にんじん	塩 酢 しょうゆ 酒			ごはん	こめ						
	あつやきたまご		あつやきたまご			29.2		すふた	じゃがいも でんぶ あぶら さとう	ふたにく	ピーマン しょうが にんじん たまねぎ たけのこ ほしいたけ	しょうゆ 中華だし ケチャップ 酢 しょう油	24.4		
	さんべいじる(北海道の郷土料理)		さけ とうふ	だいこん ねぎ にんじん	和風だし しょうゆ 塩	19%		わかめスープ	ごま	わかめ とうふ うずらたまご	ねぎ にんじん えのきたけ	中華だし 塩 しょうゆ	16%		
なし			なし												
9木	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			640	⑯火	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				720		
	くるパン	くるパン						なめこおろしうどん	じごなうどん	とりにく あぶらあげ	なめこ だいこん にんじん こまつな ねぎ	和風だし しょうゆ みりん 塩			
	ホキのこんがりやき	ノンエッグマヨネーズ パンこ コーンフレーク	ホキ チーズ		塩 しょう油	27.9		さつまいもとだいずのあまからあげ	こむぎこ さつまいも あぶら さとう ごま	だいず		酒 しょうゆ	25.6		
	いんげんとコーンのソテー	あぶら		さやいんげん コーン	スープストック 塩 しょう油	17%		くだもの				くだもの	14%		
ミネストローネ	じゃがいも バター	ベーコン レンズまめ	にんじん たまねぎ セロリ にんにく トマト パセリ	コンソメ 塩 しょう油											
⑩金	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			675	⑰水	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				655		
	ごはん	こめ						ごはん	こめ						
	マーボーなす	あぶら さとう でんぶ ごまあぶら	ふたにく みそ	なす たまねぎ にんじん しょうが にんにく ねぎ ピーマン	豆板醤 しょうゆ 酒 塩 中華だし しょう油	26.5		さんまのからみやき		さんまからみづけ		ほうれんそう もやし	26.6		
	わかめとあざりのスープ	ごま	とりにく うずらたまご あざり わかめ とうふ	にんじん えのきたけ	中華だし 塩 酒	16%		もやしとほうれんそうのおひたし				しょうゆ	16%		
ハニーピーナッツ	ハニーピーナッツ						ふたじる	じゃがいも あぶら	ふたにく とうふ みそ	こんにゃく にんじん だいこん こぼろ ねぎ	和風だし				
3の1リクエスト献立															
⑬月	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			603	⑱木	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				678		
	ごはん	こめ						はちみつパン	はちみつパン						
	にくじゃが	あぶら じゃがいも さとう	ふたにく	にんじん たまねぎ しらたき さやいんげん	しょうゆ みりん 塩	20.5		とりにくのパプリカージュ	あぶら	とりにく なまクリーム	マッシュルーム たまねぎ トマト ピーマン にんにく	パプリカ粉 スープストック 塩 しょう油 白ワイン	31.0		
	ポイルブロッコリー		とうふ みそ	キャベツ にんじん たまねぎ	塩 和風だし	14%		こふきいも	じゃがいも		パセリ	塩 しょう油			
ウィンナーとレンズまめのスープ							ウィンナーとレンズまめのスープ	ウィンナー レンズまめ	にんじん たまねぎ コーン パセリ	コンソメ 塩 しょう油					
14火	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			624	○印は、はしを持ってくる日です 忘れずに持ってきましょう					給食回数 20回	学校給食摂取基準 エネルギー 650 kcal たんぱく質 摂取エネルギーの13~20%	9月平均摂取量 650 kcal 25.0g(15.4%)	
	ツイストパン	ツイストパン					* 材料入荷の都合により変更になることがあります。アレルギー食品については表示していませんが、加工食品等で使用されている場合がありますのでご注意ください。								
	きのこスパゲティ	スパゲティ バター	ベーコン	たまねぎ にんじん しめじ えのきたけ エリンギ マッシュルーム にんにく パセリ	スープストック しょうゆ しょう油	23.7	【肉・青果等の産地(令和3年7月分)】使用した主な食材の産地をお知らせします。なお、市内19校で共同購入する食材は市ホームページをご覧ください。								
	チキンナゲット(低1こ・高2こ)		チキンナゲット			15%	豚肉:鴻巣 鶏肉:青森 にんじん:埼玉、青森 たまねぎ:香川、佐賀 じゃがいも:鴻巣、茨城 ねぎ:埼玉、茨城 キャベツ:群馬、茨城 きゅうり:鴻巣 にかが:埼玉 こぼろ:群馬 なす:鴻巣 おくら:鹿児島 とうもろこし:埼玉 スズキー:群馬								
イタリアンサラダ	ドレッシング														
⑮水	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			603	 <p>今年の十五夜は9月21日(火)です。</p> <p>十五夜は、「いも名月」ともいわれています。月見だんごが登場する前は、収穫期である、さといもなどの「いも」を供えるところが多かったことなどが、その理由とされています。</p> <p>これにちなみ、21日は「さといものそばろ煮」が出ます。</p>								
	ごはん(こうとりでんせつまい)	こめ													
	あかうおのねぎみそやき		あかうおのねぎみそづけ			25.1									
	きりほしだいこんのいために	ごまあぶら さとう	あぶらあげ	きりほしだいこん にんじん さやいんげん ほしいたけ	酒 しょうゆ	17%									
ほうれんそうとうふのすましじる		とうふ	にんじん ねぎ ほうれんそう	和風だし しょうゆ 塩											