

平成30年度9月分学校給食献立予定表(前半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー kcal	たんぱく質 g
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつやちからになるもの	ビタミン からだのちょうしをととのえるもの	調味料ほか		
3	月	テーブルロールパン		パン			561	22.6
		牛乳	牛乳					
		ミートスパゲッティ	牛肉 豚肉 鶏肉 だいず 粉チーズ 脱脂粉乳	スパゲッティ オリーブ油	たまねぎ にんじん ピーマン ズッキーニ エリンギ にんにく	ケチャップ トマトピューレー ウスターソース 食塩 デミグラスソース 赤ワイン コンソメ 白こしょう		
		ハムとこまつなのソテー	ボンレスハム	サラダ油	こまつな たまねぎ にんじん	うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう		
4	火	きのこドリア (サフランライス・パン粉炒め)	鶏肉 牛乳 脱脂粉乳 生クリーム パン粉炒め(粉チーズ)	サラダ油 食塩 白こしょう 米 パン粉炒め(バター・パン粉)	たまねぎ にんじん マッシュルーム エリンギ まいたけ しめじ コーン パセリ にんにく	ホワイトルウ 食塩 白こしょう サフランライスの素	607	24.0
		牛乳	牛乳					
		にらたまスープ	ベーコン 鶏卵 豆腐 わかめ	でん粉	たまねぎ にんじん えのきたけ にら	うすくちしょうゆ 酒 食塩 かつお節(だし)		
★ はし	5	ごはん		米			607	27.0
		牛乳	牛乳					
		みそけんちん汁	鶏肉 豆腐 合わせみそ	じゃがいも サラダ油	だいこん にんじん ごぼう 白こんにゃく 葉ねぎ	酒 かつお節(だし)		
		サンクロー煮	豚肉(もも・ばら)	なたね油 でん粉 黒砂糖	しょうが	黒酢 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 酒		
★ はし	6	黒砂糖パン		パン			619	22.8
		牛乳	牛乳					
		カレーうどん	豚肉 かまぼこ 粉チーズ	米粉入りうどん サラダ油	たまねぎ にんじん ピーマン にんにく	カレールウ ケチャップ 赤ワイン こいくちしょうゆ		
		アーモンドサラダ		アーモンド コールスロードレッシング	キャベツ きゅうり コーン にんじん			
★ はし	7	ごはん		米			575	23.6
		牛乳	牛乳					
		かぼちゃのそぼろ煮	鶏肉 だいず 厚揚げ さつま揚げ うずら卵	サラダ油 砂糖 でん粉	かぼちゃ たまねぎ 糸こんにゃく にんじん しいたけ えだまめ しょうが	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 酒		
		手作りふりかけ	しらす干し 青のり粉 わかめ	ごま ごま油		酒		
10	月	コッペパン		パン			634	21.4
		牛乳	牛乳					
		海の幸カレーシチュー	ベーコン えび いか あさり 牛乳 生クリーム	じゃがいも	たまねぎ にんじん しめじ グリンピース	ホワイトルウ 白ワイン 食塩 白こしょう カレー粉		
		ミックスフルーツ		ゼリー(砂糖・ぶどう糖果糖液糖)	りんご みかん 白桃 黄桃 りんご果汁 ゼリー(桜島小みかん皮粉末)	ビタミン飲料の素 ゼリー(ゲル化剤・香料)		
★ はし	11	肉そぼろどんぶり	牛肉 だいず	ごま 砂糖 ごま油 米	たまねぎ にんじん にら しょうが にんにく	こいくちしょうゆ 酒 みりん	590	20.5
		牛乳	牛乳					
		とうがんのおろし汁	豆腐 みそ(合わせ・赤)	じゃがいも	とうがん にんじん なめこ 葉ねぎ	かつお節(だし)		
		なしゼリー	寒天	ぶどう糖 果糖	なし果汁	食物繊維 ゲル化剤 香料		
12	水	奄美の鶏飯 (1食のり)	鶏肉 鶏卵 のり	サラダ油 砂糖 米	にんじん 山川漬 しいたけ 深ねぎ 葉ねぎ しょうが	チキンガラスープ 酒 みりん うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 食塩	576	27.3
		牛乳	牛乳					
		ガルバンゾーとコーンのソテー	ひよこ豆 ウインナー	サラダ油	コーン えだまめ	食塩 白こしょう		
13	木	コッペパン		パン			584	25.6
		牛乳	牛乳					
		八宝豆腐	豚肉 豆腐 さつま揚げ	でん粉 サラダ油 ごま油	たまねぎ キャベツ はくさい にんじん しいたけ きぬさや たけのこ しょうが	うすくちしょうゆ オイスターソース 中華だし 酒 八宝菜の素 食塩 白こしょう		
		蒸ししゅうまい	豚肉 鶏肉 大豆たんぱく 粉末だいず	豚脂 でん粉 小麦粉 ぶどう糖 砂糖	たまねぎ しょうが にんにく	チキンブイヨン しょうゆ 発酵調味料		
		みかんジュース			みかんジュース			

※ 必ず、親子で食材について確認しましょう。特に、食物アレルギーのあるお子さんについては、毎日確認してください。

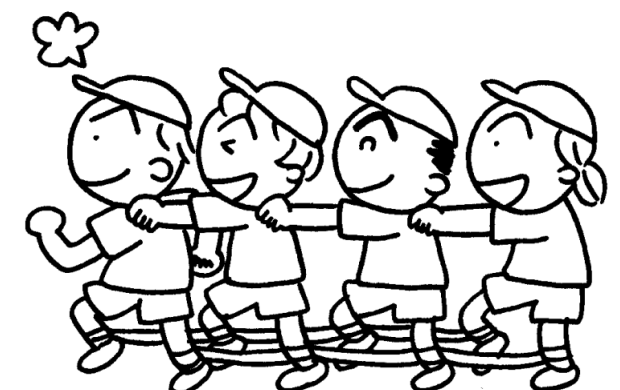
平成30年度9月分学校給食献立予定表(後半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー kcal	たんぱく質 g
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつやちからになるもの	ビタミン からだのちょうしをととのえるもの	調味料ほか		
★ はし	14 金	ひじきごはん	鶏肉 さつま揚げ ひじき 油揚げ	砂糖 サラダ油 米	にんじん たけのこ えだまめ しいたけ	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん 酒	540	23.8
		牛乳	牛乳					
		あおさ汁	あおさのり 豆腐 糸かまぼこ	えのきたけ にんじん 葉ねぎ	うすくちしょうゆ みりん かつお節(だし)			
		りんごゼリー	寒天	ぶどう糖果糖液糖 砂糖	りんご果汁 ゲル化剤 香料			
19 水	水	マーボーどんぶり	牛肉 豚肉 だいず 豆腐 みそ(合わせ・赤)	でん粉 ごま油 米	たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ いら しょうが にんにく	ケチャップ こいくちしょうゆ とうぼんじゃん 麻婆豆腐の素	646	27.1
		牛乳	牛乳					
		もやしのさっぱりあえ		砂糖	もやし にんじん ほうれんそう コーン レモン果汁	うすくちしょうゆ 酢		
		ムース	加糖全脂練乳 クリーム 脱脂粉乳 牛乳	水あめ ヤシ油		食塩 香料 乳化剤		
20 木	木	照焼チキンバーガー (バーガーパン・照焼チキン・ポイルキャベツ)	鶏肉	砂糖 パン	キャベツ	こいくちしょうゆ 発酵調味料 食塩	521	27.3
		牛乳	牛乳					
		卵スープ	鶏肉 鶏卵 豆腐	でん粉	えのきたけ にんじん たまねぎ こまつな	うすくちしょうゆ 酒 コンソメ 食塩		
★ はし	21 金	ごはん		米			580	21.6
		牛乳	牛乳					
		さといものごまみそ煮	豚肉 厚揚げ 米みそ	さといも 砂糖 すりごま サラダ油	にんじん 黒こんにやく ごぼう いんげん しいたけ	酒 みりん こいくちしょうゆ かつお節(だし)		
		だいこんサラダ	こんぶ	青しそドレッシング	だいこん にんじん きゅうり コーン			
十五夜ゼリー	寒天	砂糖 ぶどう糖果糖液糖 水あめ 植物油 粉末油脂	うんしゅうみかん果汁 ぶどう果汁	ゲル化剤 香料				
25 火	火	豚キムチどんぶり	豚肉 かまぼこ 粉チーズ 油揚げ	ごま油 でん粉 米	だいこん にんじん はくさいキムチ はくさい だいずもやし キャベツ ごぼう いら	うすくちしょうゆ キムチの素 中華だし	604	27.1
		牛乳	牛乳					
		ミートポテトの卵とじ	豚肉 だいず さつま揚げ 鶏卵	じゃがいも 砂糖 サラダ油	たまねぎ にんじん 葉ねぎ	うすくちしょうゆ		
★ はし	26 水	秋のちらしずし (すしめし)	鶏肉 かまぼこ さつま揚げ	くり 砂糖 ごま サラダ油 米	えのきたけ しめじ まいたけ にんじん ごぼう しいたけ	うすくちしょうゆ 酒 みりん 食塩 すし酢	549	21.9
		牛乳	牛乳					
		もずく入りみそ汁	豆腐 もずく 合わせみそ	じゃがいも	にんじん こまつな	かつお節(だし)		
★ はし	27 木	バターパン		パン			534	20.5
		牛乳	牛乳					
		タイピーエン	豚肉 かまぼこ うずら卵 いか	緑豆春雨 サラダ油 ごま油	たまねぎ キャベツ にんじん はくさい きくらげ きぬさや にんにく しょうが	うすくちしょうゆ 酒 コンソメ 食塩 白こしょう		
くだもの			くだもの					
★ はし	28 金	ごはん		米			602	24.1
		牛乳	牛乳					
		じゃがいもの中華煮	豚肉 えび 厚揚げ うずら卵	じゃがいも 砂糖 でん粉 ごま油	たまねぎ にんじん しいたけ たけのこ きぬさや しょうが	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 酒 オイスターソース 中華だし		
		こまつなとじゃこの炒め物	しらす干し 油揚げ かつお節	砂糖 ごま油	こまつな もやし	うすくちしょうゆ みりん		

お知らせ

<今月の行事>
 8月30日(木)~9月28日(金)
 第1免許教育実習
 大運動会予行
 大運動会
 敬老の日
 大運動会振替休日
 参加観察実習
 秋分の日
 振替休日・十五夜



<はしをもってくる日>
 ★の日は、「はし」をもってくる日です。
 きれいにあらったはしを、わすれないようにもってきましょう。
 5日 6日 7日 11日 14日 21日 26日 27日 28日

平成30年度9月分平均栄養量	
エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
584	24.0

