

# 令和4年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 からだのちようじごとのえるもの	調味料ほか			
★ はし	1	木	チーズパン		パン				
			牛乳	牛乳					
			タイピーエン	豚肉 うずら卵 いか かまぼこ	緑豆春雨 サラダ油 ごま油	たまねぎ キャベツ にんじん ほうさい きぬさや きくらげ 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	527	26.0
			蒸ししゅうまい	しゅうまい (鶏肉・豚肉・大豆たんぱ白・ほたて貝エキス・粉末大)	しゅうまい (でん粉・豚脂・ぶどう糖・砂糖・小麦粉)	しゅうまい(たまねぎ・しょうが・にんにく)	しゅうまい (発酵調味料・チキンブイヨン・しょうゆ・食塩)		
ポイルキャベツ しゅうまいのたれ			キャベツ	しゅうまいのたれ					
ごはん		米							
★ はし	2	金	牛乳	牛乳					
			じゃがいもの中華煮	厚揚げ 豚肉 うずら卵 えび	じゃがいも 砂糖 でん粉 ごま油	たまねぎ にんじん たけのこ きぬさや しいたけ しょうが	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 酒 中華だし オイスターソース	594	23.7
			こまつなとじゃこの炒め物	油揚げ しらす干し かつお節	ごま油 砂糖	こまつな もやし	うすくちしょうゆ みりん		
バターパン		パン							
★ はし	5	月	牛乳	牛乳					
			海の幸カレーシチュー	えび いか あさり 牛乳 ベーコン 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	アレルゲンフリールウ 白ワイン カレー粉 食塩 白こしょう	637	27.6
			ココアりんかけ みかんジュース	だいず	砂糖 でん粉	みかんジュース	食塩 ビュアココア		
ごはん		米							
★ はし	6	火	牛乳	牛乳					
			ホワイホワタン	鶏卵 豆腐 鶏肉	でん粉 ごま油	たまねぎ クリームコーン にんじん コーン えのきたけ チンゲンサイ	うすくちしょうゆ 中華だし 食塩 白こしょう	632	27.7
			サンクローニ	豚肉	なたね油 でん粉 米粉 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		
豚キムチどんぶり	豚肉 かまぼこ 油揚げ	でん粉 ごま油 米	だいこん キャベツ ほうさい ほうさいキムチ にんじん だいずもやし ごぼう なら	うすくちしょうゆ キムチの素 中華だし					
★ はし	7	水	牛乳	牛乳					
			ミートポテトの卵とし	鶏卵 豆腐 牛肉 さつま揚げ 大豆	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	619	27.9
			食パン		パン				
			牛乳	牛乳					
マカロニスープ	ベーコン	マカロニ	たまねぎ キャベツ にんじん こまつな	うすくちしょうゆ 白ワイン コンソメ 食塩 白こしょう					
★ はし	8	木	チリコンカン	豚肉 だいず 白いんげん豆 赤いんげん豆	サラダ油	たまねぎ にんにく	ケチャップ どんかつソース タバスコ 食塩 白こしょう	545	24.3
			飲むヨーグルト	ヨーグルト					
			ごはん		米				
			牛乳	牛乳					
★ はし	9	金	さといものみそ汁	豆腐 合わせみそ	さといも	ほうさい にんじん こまつな	かつお節(だし)	615	21.8
			スコッチエッグ	スコッチエッグ(鶏卵・豚肉・鶏肉・大豆たん白)	スコッチエッグ (パン粉・豚脂・大豆油・砂糖)	スコッチエッグ(たまねぎ)	スコッチエッグ(酵母エキス・食塩・こしょう)		
			ポイルキャベツ マイティソース ブローズン黄桃			キャベツ 黄桃	マイティソース		
			照焼チキンバーガー (パン・照焼チキン・ポイルキャベツ・チーズ)	照焼チキン(鶏肉・大豆たん白)	照焼チキン(砂糖・ぶどう糖・加工でん粉)	キャベツ	照焼チキン(こいくちしょうゆ・発酵調味料・食塩)		
★ はし	12	月	牛乳	牛乳					
			卵スープ	鶏卵 豆腐 ベーコン	でん粉	たまねぎ こまつな にんじん えのきたけ	うすくちしょうゆ 酒 コンソメ 食塩	539	29.8
			ソースかつどん (ごはん・ソースかつ・ポイルキャベツ)	とんかつ(豚肉)	とんかつ(パン粉・小麦粉) 砂糖 なたね油 米	キャベツ	ウスターソース みりん こいくちしょうゆ		
牛乳	牛乳								
★ はし	13	火	もずく入りみそ汁	豆腐 合わせみそ もずく	じゃがいも	こまつな にんじん	かつお節(だし)	631	20.9
			かき氷	ぶどう糖果糖液糖 砂糖 果糖	りんご果汁 ライム果汁		リキュール 食塩 香料		
			奄美の鶏飯 (1食のり)	鶏肉 鶏卵 のり	砂糖 サラダ油 米	にんじん 山川漬 しいたけ 葉ねぎ 深ねぎ しょうが	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 酒 みりん 食塩 チキンガラスープ チキンブイヨン		
★ はし	14	水	牛乳	牛乳					
			こまつなと糸かまぼこのソテー	糸かまぼこ	サラダ油	こまつな もやし にんじん しょうが	オイスターソース 食塩	526	25.1

※ 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。

# 令和4年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 からだのちようしそどのえるもの	調味料ほか		
15	木	コッペパン		パン			560	27.9
		ぬるチーズ	チーズ					
		牛乳	牛乳					
		ミックスひじき	鶏肉 厚揚げ ひじき	じゃがいも 砂糖 サラダ油	たまねぎ コーン にんじん グリンピース しいたけ	こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 酒 和風だし		
かりぼり煮干し	煮干し	ごま 砂糖	レーズン	こいくちしょうゆ みりん				
くだもの				くだもの				
16	金	ハヤシライス (麦ごはん)	牛肉 粉チーズ 脱脂粉乳 生クリーム	じゃがいも サラダ油 米 麦	たまねぎ にんじん グリンピース マッシュルーム にんにく	ハヤシルウ ケチャップ デミグラスソース 赤ワイン ウスターソース	703	20.1
		牛乳	牛乳					
		レモンドレッシングサラダ		はちみつ オリーブ油	キャベツ コーン にんじん レモン果汁	酢 うすくちしょうゆ 食塩		
		野菜入りジュース			野菜入りジュース			
21	水	親子どんぶり	鶏肉 鶏卵 かまぼこ	砂糖 でん粉 米	たまねぎ にんじん しいたけ 葉ねぎ	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 酒 みりん 食塩 かつお節(だし)	608	23.5
		牛乳	牛乳					
		海そうサラダ	くきわかめ こんぶ つのまた(赤・青) 白キリンサイ		もやし きゅうり だいこん コーン	青じそドレッシング		
		豆乳ムース	豆乳	水あめ 異性化液糖 砂糖 ヤシ油		食塩 増粘多糖類 乳化剤 香料		
22	木	ミルクパン		パン			615	26.5
		牛乳	牛乳					
		八宝豆腐	豆腐 豚肉 さつま揚げ	でん粉 ごま油 サラダ油	キャベツ たまねぎ にんじん はくさい たけのこ きぬさや しいたけ しょうが	うすくちしょうゆ 酒 オイスターソース 中華だし 食塩 白こしょう		
		彼岸団子 くだもの	小豆	白玉もち 砂糖		食塩 くだもの		
26	月	米粉入りパン		パン			607	21.8
		マーシャルピーンズ	大豆粉 脱脂粉乳	食用油脂 砂糖 ぶどう糖		ココアパウダー 食塩 香料		
		牛乳	牛乳					
		秋のクリームシチュー	鶏肉 えんどう豆 赤いんげん豆 ひよこ豆 白花豆 白いんげん豆 粉チーズ 脱脂粉乳 生クリーム	じゃがいも さつまいも サラダ油	たまねぎ にんじん こまつな しめじ	アレルゲンフリールウ 白ワイン 食塩 白こしょう		
ハニーサラダ		オリーブ油 はちみつ	キャベツ きゅうり コーン にんじん	酢 うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう				
27	火	ごはん		米			635	27.4
		牛乳	牛乳					
		のっぺい汁	鶏肉 豆腐 油揚げ	さといも でん粉	にんじん 白こんにゃく ごぼう 葉ねぎ しいたけ	うすくちしょうゆ 酒 かつお節(だし)		
		さんまの煮物	さんま	砂糖 でん粉		しょうゆ みりん 食塩		
浅漬け	塩昆布		キャベツ にんじん					
28	水	きのこドリア (サフランライス・パン粉炒め)	牛肉 鶏肉 脱脂粉乳 生クリーム パン粉炒め(粉チーズ)	サラダ油 米 パン粉炒め(無塩バター・パン粉)	たまねぎ にんじん コーン マッシュルーム まいたけ しめじ エリンギ パセリ にんにく	アレルゲンフリールウ 食塩 白こしょう	627	24.5
		牛乳	牛乳					
		にらたまスープ	鶏卵 豆腐 ベーコン 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)		
		青りんごゼリー		果糖ぶどう糖液糖 砂糖	りんご果汁	増粘多糖類 香料		
29	木	黒砂糖パン		パン			532	24.2
		牛乳	牛乳					
		コーンラーメン	豚肉 焼き豚	中華めん ごま サラダ油	キャベツ コーン もやし にんじん 葉ねぎ にんにく しょうが	うすくちしょうゆ バイタン 食塩 白こしょう		
		ごぼうのごまみそ炒め	竹輪 米みそ 粉豆腐	すりごま ノンエッグマヨネーズ 砂糖 サラダ油	ごぼう にんじん えだまめ	酒		
30	金	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	582	20.9
		牛乳	牛乳					
		なすのみそ汁	合わせみそ 厚揚げ	じゃがいも	なす だいずもやし にんじん 葉ねぎ	かつお節(だし)		
		ぶどうゼリー		果糖ぶどう糖液糖 砂糖	ぶどう果汁	増粘多糖類 香料		

## お知らせ

### <今月の行事>

8日(木)~30日(金)  
10日(土)  
13日(火)  
17日(土)  
19日(月)  
20日(火)  
23日(金)

第1・2免許教育実習開始  
十五夜  
大運動会予行  
大運動会  
敬老の日  
大運動会振替休日  
秋分の日



### <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。

1日 2日 6日 9日  
13日 27日 29日 30日

### 令和4年9月分平均栄養量

エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
597	24.9

