

令和5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 からだのちようしをどとのえるもの	調味料ほか			
★ はし	1	金	肉そぼろどんぶり	牛肉 だいず	ごま 砂糖 ごま油	たまねぎ にんじん にら にんにく しょうが	こいくちしょうゆ 酒 みりん	619	20.5
			牛乳	牛乳					
			6年ろ組志賀さん考案みそ汁 「味噌汁うどん」 みかんジュース	合わせみそ	うどん じゃがいも	キャベツ たまねぎ	かつお節(だし)		
★ はし	4	月	テーブルロールパン		パン			535	21.7
			牛乳	牛乳					
			スパゲッティナポリタン	ロースハム 鶏肉	スパゲッティ オリーブ油	たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム にんにく	ケチャップ トマトピューレー 赤ワイン コンソメ ウスターソース 食塩 白こしょう		
★ はし	5	火	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	591	24.4
			ごはん	牛乳	米				
			マーボーじゃがいも	牛肉 豚肉 だいず 厚揚げ 赤みそ	じゃがいも 砂糖 でん粉 サラダ油 ごま油	たまねぎ にんじん たけのこ えだまめ しいたけ にんにく しょうが	ケチャップ こいくちしょうゆ 酒		
★ はし	6	水	くきわかめのソテー	竹輪 油揚げ しらす干し くきわかめ	ごま 砂糖 サラダ油 ごま油	コーン にんじん	みりん こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ	601	28.0
			ごはん	牛乳	米				
			ホワイホワタン	鶏卵 豆腐 ロースハム	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		
★ はし	7	木	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	548	27.7
			チーズパン		パン				
			五目うどん	鶏肉 うずら卵 さつま揚げ わかめ	うどん	たまねぎ にんじん たけのこ 葉ねぎ しいたけ	うすくちしょうゆ みりん 食塩 かつお節(だし)		
★ はし	8	金	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	673	25.9
			なすのビーンズドライカレー (麦ごはん)	牛肉 豚肉 だいず 赤いんげん豆 えんどう豆 ひよこ豆	米粉 砂糖 サラダ油 米 麦	たまねぎ なす にんじん ブルーン にんにく	ケチャップ こいくちしょうゆ カレー粉 ウスターソース 食塩		
			ワンタンスープ	ワンタン(鶏肉・豚肉) 鶏肉	ワンタン(小麦粉・植物油・豚脂・ でん粉・砂糖・加工デンプン) 緑豆春雨 ごま油	ワンタン(たまねぎ) たまねぎ チンゲンサイ にんじん もやし	ワンタン(食塩・しょうゆ・かん水・ポークエキス・ 香辛料・酵母エキス) うすくちしょうゆ 中華だし 食塩 白こしょう		
★ はし	11	月	ヨーグルト	ヨーグルト				533	27.2
			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) スライスチーズ	照焼チキン(砂糖・ぶどう糖・加工でん粉) パン	キャベツ	照焼チキン(こいくちしょうゆ・発酵調味料・食塩)		
			牛乳	牛乳					
★ はし	12	火	麦ビーンズスープ	ロースハム 赤いんげん豆 えんどう豆 ひよこ豆	麦	たまねぎ にんじん チンゲンサイ コーン マッシュルーム	うすくちしょうゆ コンソメ 酒 食塩 白こしょう	549	22.4
			ごはん	牛乳	米				
			6年に組中島くん考案みそ汁 「旨味がにじみ出るニラとベーコンのお味噌汁」	ベーコン 合わせみそ		にら ミニトマト	昆布(だし) かつお節(だし)		
★ はし	13	水	さんまの煮物 浅漬け	さんま	砂糖 でん粉	かぼす果汁 レモンペースト レモン果汁 キャベツ にんじん	みりん 食塩 青じそドレッシング	500	25.1
			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		
			牛乳	牛乳					
★ はし	14	木	ごまつなとかまぼこのソテー	かまぼこ	サラダ油	ごまつな もやし にんじん しょうが	オイスターソース 食塩	565	32.2
			バターパン		パン				
			マーマレードジャム			マーマレードジャム			
★ はし	15	金	粥入りコーンスープ	鶏卵 豆腐 ベーコン	でん粉	たまねぎ クリームコーン にんじん ごまつな	うすくちしょうゆ コンソメ 食塩 白こしょう	528	24.1
			魚のレモンじょうゆかけ	かつお腹皮	でん粉 なたね油 砂糖	えだまめ コーン レモン果汁	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 酢		
			牛乳	牛乳					
★ はし	15	金	ひじきごはん	鶏肉 さつま揚げ 油揚げ ひじき	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	528	24.1
			6年ろ組新名まさん考案みそ汁 「ふわふわたまごのお味噌汁」 ももゼリー	鶏卵 合わせみそ		深ねぎ	かつお節(だし)		
				砂糖 果糖	もも果汁 ももピューレ	増粘多糖類 香料			

※ 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5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 からだのちようしをどとのえるもの	調味料ほか			
★ はし	19	火	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	530	21.5
			6年に組篠原くん考案みそ汁 「鹿児島さつまいも味噌汁」	牛乳 豆腐 麦みそ わかめ	さつまいも	たまねぎ 葉ねぎ	かつお節(だし)		
20	水	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 はくさい はくさいキムチ にんじん だいずもやし ごぼう にら	うすくちしょうゆ キムチの素 中華だし	615	28.1	
		牛乳	牛乳						
		ミートポテトの卵とじ かき氷	鶏卵 豆腐 牛肉 さつま揚げ 大豆	じゃがいも 砂糖 サラダ油 ぶどう糖 果糖液糖 砂糖 果糖	たまねぎ にんじん 葉ねぎ りんご果汁 ライム果汁	うすくちしょうゆ リキュール 食塩 香料			
21	木	ミルクパン	牛乳	パン				578	26.4
		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			
22	金	彼岸団子 くだもの	小豆	白玉もち 砂糖		くだもの	食塩	588	24.4
		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)			
		牛乳	牛乳						
25	月	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	558	21.2	
		ムース	加糖練乳 牛乳 クリーム 脱脂粉乳	水あめ ヤシ油		食塩 ゲル化剤 香料 乳化剤			
		米粉入りパン マーシャルビーンズ	大豆粉 脱脂粉乳	パン 食用油脂 砂糖 ぶどう糖		ココアパウダー 食塩 香料			
★ はし	26	火	秋のクリームシチュー くだもの	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	528	25.6
			ごはん	米					
			牛乳	牛乳					
27	水	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 白こしょう かつお節(だし)	562	21.2	
		豚肉のしょうが炒め	豚肉	砂糖 サラダ油	たまねぎ キャベツ にんじん しょうが	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん 酒			
		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			
★ はし	28	木	牛乳	牛乳				602	30.3
			野菜スープ	ベーコン		たまねぎ キャベツ にんじん ほうれんそう	うすくちしょうゆ コンソメ 酒 食塩 白こしょう		
			黒砂糖パン	パン					
★ はし	29	金	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 パイタン 食塩 白こしょう	587	21.9
			かりぼり煮干し みかんジュース	煮干し	ごま 砂糖	レーズン みかんジュース	こいくちしょうゆ みりん		
			ごはん	米					
★ はし	29	金	牛乳	牛乳				587	21.9
			さといものみそ汁	豆腐 合わせみそ	さといも	はくさい にんじん こまつな	かつお節(だし)		
			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 フローズン黄桃			キャベツ 黄桃	マイティソース					

お知らせ

<今月の行事>

8月25日(金)～9月22日(金) 第1・2免許教育実習
 1日(金), 20日(水), 21日(木) 参加観察実習
 18日(月) 敬老の日
 23日(土) 秋分の日
 29日(金) 前期終業式(給食あり), 十五夜



<はしをもつてくる日>

★の日は、「はし」をもつてくる日です。
 きれいにあらったはしを、わずれないようにもつてきましょう。

1日 5日 6日 7日 12日
 15日 19日 26日 28日 29日

令和5年9月分平均栄養量

エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
570	25.0

