

9月 学校給食献立表

綾川町立陶小学校

日曜日	献立名		材料名						
	主食	牛乳	おかず	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの			
1	やきとりどん	○	ナムル はるさめスープ	とりにく たまご ベーコン	のり ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	もやし きゅうり たまねぎ しいたけ	こめ おおむぎ さとう はるさめ	ごま ごまあぶら
2	コッペパン	○	カレーピーズ ひじきサラダ なし	だいず ぶたにく	ぎゅうにゅう ひじき チーズ	にんじん パセリ トマトピューレ	にんにく たまねぎ キャベツ コーン なし	コッペパン じゃがいも さとう	あぶら
3	むぎごはん	○	ささみのレモンに こまつなごまドレッシングあえ きりぼしだいこんとぎゅうにくのひりか らいため	とりにく ぎゅうにく	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん ピーマン	レモンもやし きりぼしだいこん しめじ にんにく	こめ おおむぎ でんぷん さとう	あぶら ごま ごまあぶら
6	むぎごはん	○	さばのしおやき おかかあえ なつやさいのみそでしる	さば かつおぶし おろし みそ	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん かぼちゃ ねぎ	キャベツ なす たまねぎ きゅうり	こめ おおむぎ	あぶら
7	こくとうパン	○	ラトウイユ グリーンサラダ れいとうパイン	ソーセージ	ぎゅうにゅう	かぼちゃ トマト アスパラガス	たまねぎ なす ズッキーニ にんにく キャベツ きゅうり パイン	コッペパン さとう	オリーブオ イル あぶら
8	むぎごはん	○	さけのたつたあげ こんぶあえ すましじる	さけ	ぎゅうにゅう しおこんぶ わかめ	にんじん こまつな ねぎ	しょうが キャベツ たまねぎ えのきたけ	こめ おおむぎ でんぷん	あぶら ごま
9	バターロール	○	ソースやきスパゲティ かぼちゃのかのこあげ ゆかりあえ	ぶたにく	ぎゅうにゅう あおのり	にんじん ねぎ かぼちゃ しそ	キャベツ たまねぎ きゅうり もやし	バターロー ル スパゲティ	あぶら
10	むぎごはん あさりのつくだに	○	じゃがいものそばろに きゅうりもみ	とりにく あさり	ぎゅうにゅう わかめ しらすぼし	にんじん	たまねぎ えだまめ きゅうり	こめ おおむぎ じゃがいも さとう	あぶら
13	むぎごはん	○	さわらのカレーやき いそかあえ きのこいりみそしる	さわら しらす あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう いわのり	こまつな にんじん ねぎ	もやし だいこん しめじなめこ えのきたけ	こめ おおむぎ	あぶら
14	コッペパン	○	ブイヤベーススープ フレンチサラダ さつまいもとくりのタルト	えび いか あさり	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	にんにくセロリ たまねぎ キャベツ きゅうり コーン	コッペパン じゃがいも さとう タルト	あぶら
15	ぶたキムチ どん	○	はるさめサラダ かたぬきチーズ	ぶたにく	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん ねぎ	しょうが たまねぎ キャベツ キムチ きゅうり コーン	こめ おおむぎ さとう はるさめ	ごまあぶら
16	こめこパン	○	とりにくとマカロニのク リームに アーモンドサラダ ぶどう	とりにく	ぎゅうにゅう だっしふん にゅう クリーム	にんじん アスパラガス	たまねぎ エリンギ キャベツ きゅうり コーン ぶどう	こめこパン マカロニ こむぎこ さとう	バター あぶら アーモンド
17	はぎごはん	○	やきししゃも ごまあえ なすいりふしめんじる ミックスナッツ	あずき あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう ししゃも	こまつな にんじん ねぎ	えだまめ キャベツ なす	こめ ふしめん	ごま アーモンド カシューナッツ
21	バターロー ル	○	わかめうどん ポンずあえ こいわしのフライ おつきみゼリー	とりにく あぶらあげ かつおぶし	ぎゅうにゅう わかめ こいわし	ねぎ こまつな	たまねぎ キャベツ	バターロー ル うどん ゼリー	あぶら
22	チキンライ ス	○	ピーズサラダ たまごスープ	とりにく だいず たまご ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ パセリ	たまねぎ マッシュルーム グリーンピース きゅうり キャベツ	こめ さとう でんぷん	あぶら

日曜日	献立名		材料名						
	主食	牛乳	おかず	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの			
24	むぎごはん	○	さんまのしおやき きゅうりのごまじょうゆあ え とうふのみそしる	さんま とうふ あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ねぎ	きゅうり たまねぎ	こめ おおむぎ さとう	ごまあぶら ごま
27	おやこどん	○	こえびのからあげ こまつなとひじきのナム ル	とりにく たまご えび	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん ねぎ こまつな	たまねぎ しいたけ もやし	こめ おおむぎ さとう	あぶら ごま ごまあぶら
28	コッペパン	○	はっぼうさい コーンポテト フルーツあんじん	ぶたにく いか あさり うずらたまご	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	しょうが キャベツ たまねぎ たけのこ しいたけ コーン みかん パイン	コッペパン でんぷん じゃがいも あんじんととうふ さとう	あぶら バター
29	むぎごはん	○	ぶたにくのしょうがやき たくあんあえ かぼちゃのみそでしる	ぶたにく みそ しょうが	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん かぼちゃ ねぎ	しょうが もやし たくあん かぼちゃ たまねぎ	こめ おおむぎ さとう でんぷん	あぶら ごま
30	ミルクパン	○	スパゲティナポリタン イタリアンサラダ ココアピーズ	ぶたにく ベーコン だいず	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん トマト ピーマン	たまねぎ キャベツ きゅうり	ミルクパン スパゲティ さとう でんぷん	あぶら オリーブオ イル

材料の都合によって、献立が変更する場合があります。

9月の給食目標は、「いろいろな食品の働きを知ろう」です。

食品にはそれぞれ含まれている栄養素や体内での働きが違います。いろいろな食品を組み合わせるようによみましょう。



～今月の給食から～ ラトウイユ

材料 (4人分)

- ウィンナー 5本
- たまねぎ 1個
- なす 2本
- ズッキーニ 1本
- かぼちゃ 80g
- にんにく 1片
- オリーブ油 適量
- トマト缶 60g
- トマトケチャップ 大さじ2
- 白ワイン 小さじ1
- ウスターソース 小さじ1/2
- 上白糖 小さじ1/2
- チキンコンソメ 小さじ1/2
- 食塩 少々
- こしょう 少々
- 水 80ml

作り方

- 1 ウィナーは小口切り、たまねぎはスライス、にんにくはみじん切りにする。その他の野菜は2cm角に切る。
- 2 鍋に油を熱し、にんにく・ウィンナーを炒める。順次、野菜を加えて炒める。
- 3 水・コンソメを加えて煮込み、調味して出来上がり。

ラトウイユはフランスの煮込み料理です。夏野菜をたっぷり入れて作るので、今の季節にもぴったりです。



綾川町産の食べ物
アスパラガス
ぶどう

～ 今月の注目メニュー&食材 ～

- ☆ かみかみメニュー (8日) …かみごたえのあるメニュー (鮭の竜田揚げ、昆布あえ)
- ☆ 教科との関連 (14日) …フランスに關係ある、ブイヤベーススープが登場します。(中1 社会)
- ☆ 食育の日 (17日) …萩ごはん (秋の七草)、ふしめん汁 (郷土料理)
- ☆ 十五夜の献立 (21日) …お月見ゼリーが登場します。
- ☆ 国産農畜水産物無償提供事業…コロナウイルスによって需要が減った食材を無償で提供していただきます。今月は香川県産のオリーブ地鶏を焼き鳥丼 (1日)、鶏肉とマカロニのクリーム煮 (16日) にします。