

給食予定献立表

さいたま市立宮原小学校

[illegible]

9月11日	抹茶揚げパン	牛乳																610
	豆とソーセージのトマト煮		ウインナー	大豆	ひよこ豆	チーズ	じゃがいも	三温糖	植物油			玉ねぎ トマト(缶)	人参	にんにく	マッシュルーム			
	こんにゃくサラダ			わかめ				植物油	三温糖			大根	きゅうり	コーン	玉ねぎ			
木																		21.8
9月12日	麦ご飯	牛乳						精白米	米粒麦									
	親子丼		鶏卵	鶏肉				三温糖	でん粉			人参 グリーンピース	玉ねぎ	たけのこ	干しいたけ			537
	のりず和え		刻みのり									小松菜	もやし	キャベツ				
																		27.3
9月16日	麦ご飯	牛乳						精白米	米粒麦									
	えびといかのうま煮丼		豚肉	いか	えび			植物油	三温糖	でん粉		しょうが キャベツ 干しいたけ かぼちゃ	玉ねぎ チンゲンサイ	人参 たけのこ	もやし にんにく			581
	かぼちゃとひよこ豆のから揚げ		ひよこ豆					小麦粉	植物油									
																		26.4
9月17日	バターロール	牛乳						バターロール										
	キャベツのズッパ		ベーコン					じゃがいも	植物油			キャベツ しめじ	人参 小松菜	玉ねぎ	コーン			629
	レモンガーリックチキン		鶏肉					でん粉	植物油	三温糖		にんにく	玉ねぎ	レモン果汁				
	オレンジ											オレンジ						26.7
9月18日	白飯	牛乳						精白米										
	蒸し鯖のだししょうゆ風味		さば															573
	豆乳入りみそ汁		豚肉	豆乳	みそ(赤)	みそ(白)	じゃがいも	こんにゃく	植物油			長ねぎ	小松菜					
	おはぎ							おはぎ										24.1
9月19日	中華麺	牛乳						中華麺										
	みそラーメン		豚肉	みそ(白)	みそ(赤)			植物油			しょうが 長ねぎ	にんにく コーン	人参	もやし			570	
	大豆のしゃりしゃり揚げ		大豆					小麦粉	でん粉	植物油	三温糖							
	中華和え		わかめ					ごま油	三温糖	いりごま		もやし	きゅうり	大根			27.2	
9月24日	ツイストパン	牛乳						ツイストパン										
	メルルーサのマーマレードソース		メルルーサ					でん粉	植物油			にんにく	マーマレード					591
	マッシュポテト		牛乳					じゃがいも	バター									
	レタスと卵のスープ		ベーコン	鶏卵				植物油	でん粉			玉ねぎ	レタス	トマト				26.2
9月25日	白飯	牛乳						精白米										
	えびと豆腐のチリソース煮		えび	豆腐				でん粉	植物油	三温糖		玉ねぎ しょうが	人参	マッシュルーム	にんにく			649
	小籠包		しょうろんぼう															
	冷凍みかん											みかん						28.4
9月26日	麦ご飯	牛乳						精白米	米粒麦									
	家常豆腐		生揚げ	鶏肉	みそ(赤)			植物油	三温糖	でん粉	ごま油	干しいたけ キャベツ	人参 しょうが	長ねぎ にんにく	たけのこ			692
	春雨サラダ							春雨	三温糖	ごま油		大根	きゅうり	人参	小松菜			
	ごま団子							ごま団子	植物油									26.4
9月29日	うどん	牛乳						うどん										
	肉汁うどん		豚肉	油揚げ				三温糖				しめじ	人参	長ねぎ	小松菜			528.0
	厚焼き卵		鶏卵															
																		28.6
9月30日	麦ご飯	牛乳						精白米	米粒麦									
	鰯の生姜煮		いわし	昆布				三温糖				長ねぎ	しょうが					543.0
	さつま汁		豚肉	豆腐	みそ(赤)	みそ(白)	さつまいも	こんにゃく	植物油			大根	ごぼう	人参	長ねぎ			
	なし											なし						23.6

☆ 献立は都合により変更になることがありますので、御了承ください。
☆ 料理の作り方や、加工食品の食材料等を知りたい場合は栄養教諭までお問い合わせください。

～8・9月の旬の食材・行事食～

8月29日：わくわく献立
9月 1日：防災献立
3日：郷土料理【沖縄県】
9日：郷土料理【奈良県】
12日：世界陸上献立
17日：イタリア料理の日献立
18日：お彼岸献立
19日：食育の日/郷土料理【北海道】
25日：中華料理
26日：中華料理

