令和7年度

9月分 予定献立表

幼稚園用

○村田町学校給食センター○

今月の給食目標

後かたづけをきちんとしよう

日	曜	給食がない学校	行事食等	献立名 主食	献立名 おかず	使用する主な材料 赤色の食品（体をつくる）	使用する主な材料 緑色の食品（体の調子を整える）	使用する主な材料 黄色の食品（熱や力になる）	栄養価 エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g 塩分 g
1	月			ごはん	キビナゴのカリカリ揚げ バンバンジーサラダ ジャージャン豆腐	キビナゴ とりにく ぶたにく ぶたレバー なまあげ **みそ**	きゅうり もやし パプリカ キャベツ にんじん たけのこ ねぎ しいたけ にら にんにく しょうが	**こめ** じゃがいも あぶら ごま ドレッシング さとう かたくりこ	444 17.2 16.5 1.9
2	火			ごはん	豚肉のしょうが焼き すき昆布の煮物 宮城の芋煮	ぶたにく すきこんぶ さつまあげ あぶらあげ とうふ **みそ**	しいたけ にんじん たけのこ だいずもやし だいこん ごぼう しめじ **ねぎ** はくさい しょうが こんにゃく	**こめ** こむぎこ さとう あぶら **さといも**	473 19.6 16.5 1.8
3	水			おからパン	洋風たまご焼き フレンチサラダ ポークビーンズ	たまご チーズ ハム ぶたにく だいず おから	**たまねぎ** ほうれんそう キャベツ **きゅうり** パプリカ コーン グリンピース レモン にんじん にんにく トマト	パン さとう あぶら **じゃがいも** ドレッシング	458 24.5 19.2 1.9
4	木			ごはん	サバのごまみそ焼き 小松菜のおかか和え オレンジ 白菜としめじのみそ汁	サバ **みそ** ちくわ かつおぶし あぶらあげ	こまつな コーン キャベツ はくさい しめじ **ねぎ** オレンジ しょうが	**こめ** さとう ごま **じゃがいも**	428 16.1 14.6 1.7
5	金			ごはん	酢豚 キャベツとさつま揚げの中華和え 豆腐の中華スープ	ぶたにく さつまあげ とりにく とうふ わかめ なると	ピーマン パプリカ たまねぎ たけのこ しいたけ キャベツ **きゅうり** にんじん はくさい **ねぎ** しょうが	**こめ** かたくりこ ごま あぶら さとう	455 18.6 14.5 1.8
8	月			（ごはん）	油ふ丼 野菜のごま酢和え 沢煮椀	ぶたにく たまご あぶらあげ	たまねぎ ねぎ しいたけ みつば きゅうり もやし にんじん だいこん ごぼう	**こめ** あぶらふ さとう かたくりこ ごま	430 19.6 13.0 1.3
9	火			チーズホットドッグ	ブロッコリーサラダ ABCマカロニスープ グレープゼリー	ウインナー チーズ ハム ベーコン	ブロッコリー きゅうり コーン キャベツ にんじん たまねぎ しめじ	パン マカロニ ゼリー	404 14.5 16.8 2.1
10	水			ごはん	とりそぼろ ツナポテトサラダ かきたま汁	とりにく だいず ツナ わかめ とうふ たまご	にんじん グリンピース しいたけ コーン きゅうり えのきたけ しょうが	**こめ** あぶら さとう かたくりこ じゃがいも マヨネーズ	462 23.6 14.2 1.5
11	木			（麦ごはん）	ミートボールのハヤシシチュー にんじんとツナのサラダ 梨	とりにく ぶたにく ツナ	たまねぎ にんじん グリンピース マッシュルーム トマト きゅうり にんにく なし	**こめ** むぎ じゃがいも あぶら マヨネーズ さとう ハヤシルウ	419 12.9 11.5 1.3
12	金	給食はありません							
16	火			（ごはん）	スタミナ丼 ごぼうサラダ とり肉のうすくず汁	ぶたにく とりにく ぎょにくソーセージ なると とうふ **みそ**	にんじん たまねぎ にら しめじ たけのこ ごぼう きゅうり えのきたけ チンゲンサイ ねぎ にんにく しょうが	**こめ** ごま あぶら さとう マヨネーズ かたくりこ	457 21.6 11.3 1.6
17	水		今月の魚は「サンマ」です！ みやぎ水産の日	ごはん	サンマのしょうが煮 海そうとちくわのサラダ 肉じゃが	サンマ わかめ つのまた みる ちくわ ぶたにく	キャベツ **きゅうり** コーン ブロッコリー **たまねぎ** にんじん えだまめ こんにゃく しょうが	**こめ** ドレッシング **じゃがいも** あぶら さとう	460 18.1 14.8 1.4
18	木			ソース焼きそば	春巻き 大根サラダ マーラーカオ	ぶたにく あおのり ツナ たまご おから	にんじん **たまねぎ** キャベツ もやし ピーマン だいこん **きゅうり** コーン	ちゅうかめん あぶら はるさめ ホットケーキミックス さとう ドレッシング ごま こむぎこ	425 14.4 11.7 2.3
19	金			麦ごはん	チリコンカン ガーリックポテト コンソメスープ	ぶたにく ぎゅうにく いんげん豆 ひよこ豆 だいず ベーコン	にんじん **たまねぎ** トマト キャベツ しめじ セロリ にんにく	**こめ** むぎ あぶら さとう **じゃがいも**	491 16.5 17.2 2.2
22	月			ごはん	サケのバターしょうゆ焼き 炒り豆腐 ヨーグルト 切干大根とじゃがいものみそ汁	サケ ぶたにく とうふ たまご なると **みそ** あぶらあげ ヨーグルト	にんじん たけのこ チンゲンサイ ねぎ きりぼしだいこん えのきたけ にんにく	**こめ** こむぎこ バター さとう あぶら かたくりこ じゃがいも	494 23.7 13.2 1.6
24	水			横割り丸パン	カットハンバーグ 花野菜サラダ マカロニとベーコンのクリームスープ	ぶたにく たまご ベーコン だいず	たまねぎ ブロッコリー きゅうり カリフラワー パプリカ コーン セロリ はくさい にんじん	パン パンこ マヨネーズ バター かたくりこ ドレッシング さとう マカロニ じゃがいも	448 21.8 17.9 2.2
25	木		一中リクエスト給食	キムカルチャーハン	手作りフライドチキン 春雨サラダ ワンタンスープ	ぶたにく とりにく たまご ハム ベーコン	たまねぎ にんじん ねぎ にら はくさい きゅうり キャベツ もやし しいたけ にんにく しょうが	**こめ** あぶら さとう はるさめ ワンタン こむぎこ	427 18.8 14.4 1.3
26	金			（麦ごはん）	ポークカレー チーズ入りチョップドサラダ パイナップル	ぶたにく チーズ スキムミルク	たまねぎ にんじん グリンピース きゅうり キャベツ パプリカ にんにく しょうが パイナップル	**こめ** むぎ じゃがいも あぶら アーモンド カレールウ クルトン さとう	468 16.0 13.1 1.4
29	月			ごはん	カニ玉の甘酢あんかけ ホイコーロー 春雨と肉団子のスープ	たまご カニかまぼこ ぶたにく とりにく とうふ **みそ**	ねぎ にんじん キャベツ たけのこ パプリカ ピーマン はくさい しいたけ チンゲンサイ にんにく しょうが	**こめ** さとう かたくりこ あぶら はるさめ	426 19.2 11.7 1.5
30	火			チキンライス	コロッケ ジュリエンヌスープ バナナ	とりにく ベーコン	にんじん たまねぎ セロリ グリンピース マッシュルーム にんにく しょうが コーン キャベツ えのきたけ バナナ	**こめ** あぶら じゃがいも こむぎこ パンこ さとう	437 12.8 10.5 2.5
月平均栄養価				エネルギー： 448kcal	たんぱく質： 18.4ｇ	脂質： 14.4ｇ	塩分： 1.8ｇ		

※都合により献立・材料を変更する場合があります。

※ マークがある2日～5日と17日～19日は「**地場産品給食の日**」です。材料の**太字**は町内産です。

丈夫な歯をつくろう！「カルシウムたっぷりメニュー」

よくかんで食べよう！「かみかみメニュー」