



9 月 こ ん だ て 予 定 表

※都合により献立を変更させていただくことがありますので、ご了承ください。 鳥羽市学校給食 答志共同調理場

日	曜日	こ ん だ て め い 名	あか しょくひん ぐん 赤の食品(1・2群) おもにからだ をつくる	みどり しょくひん ぐん 緑の食品(3・4群) おもに体の調子を整える	き しょくひん ぐん 黄の食品(5・6群) おもにエネルギーになる	ちょうみりょう た 調味料・その他
2	火	むぎごはん ぎゅうにゅう ポークカレー だいこんサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく ハム	にんじん たまねぎ りんごピューレ だいこん きゅうり	こめ むぎ じゃがいも カレールウ さとう ごまあぶら	カレーこ ワイン コンソメ ソース す しょうゆ しお
3	水	セルフドッグ ぎゅうにゅう コーンチャウダー	ロングウインナー ぎゅうにゅう とりにく ぎゅうにゅう	キャベツ にんじん たまねぎ コーン パセリ	コッペパン さとう こむぎこ バター	しお こしょう ケチャップ ソース コンソメ しお こしょう
4	木	むぎごはん ぎゅうにゅう さけのしおやき きんぴらごぼう ちゃんこに	ぎゅうにゅう しおざけ まぐろあぶらづけ とりにく あつあげ	ごぼう にんじん こんにゃく にんじん だいこん はくさい もやし しろねぎ	こめ むぎ さとう ごまあぶら ごま	しょうゆ みりん かつおけずりぶし しょうゆ とりがらスープのもと しお みりん
5	金	むぎごはん ぎゅうにゅう とりにくのからあげ ピリからスープ	ぎゅうにゅう とりにく みそ わかめ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ はくさい ねぎ もやし にんにく	こめ むぎ あぶら こめこ	しょうゆ さけ とりがらスープのもと トウバンジャン
8	月	むぎごはん ぎゅうにゅう ひまわりむし ぐだくさんじる	ぎゅうにゅう とりにく たまご あぶらあげ	たまねぎ しょうが コーン にんじん しめじ たまねぎ ごぼう しろねぎ	こめ むぎ パンこ かたくりこ	ケチャップ さけ しお しょうゆ こしょう かつおけずりぶし しょうゆ みりん しお
9	火	むぎごはん ぎゅうにゅう にくじゃが はくさいとちくわのごまずあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ	にんじん たまねぎ さやいんげん はくさい にんじん もやし	こめ むぎ じゃがいも さとう ごま さとう	しょうゆ みりん さけ しょうゆ しお す
10	水	こめこいりパン ぎゅうにゅう とりにくとポテトのレモンあえ ワントンスープ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	レモンかじゅう にんじん はくさい もやし	こめこいりパン じゃがいも かたくりこ あぶら さとう ワントンのかわ	しお こしょう しょうゆ しお こしょう しょうゆ さけ とりがらスープのもと
11	木	ぶたどん ぎゅうにゅう さつまじる	ぶたにく ぎゅうにゅう とうふ みそ	にんじん たまねぎ しょうが しらたき だいこん にんじん ごぼう しろねぎ	こめ むぎ さとう さつまいも	しょうゆ さけ みりん かつおけずりぶし
12	金	ゆかりごはん(すくなめ) ぎゅうにゅう ジャージャーめん だいずとじゃこのあげに	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ だいず ちりめんじゃこ	あかじそ しょうが たまねぎ にんじん しろねぎ もやし きゅうり	こめ さとう ごまあぶら あぶら ごま さとう かたくりこ	とりがらスープのもと トウバンジャン しょうゆ みりん さけ しょうゆ
16	火	カレーチャーハン ぎゅうにゅう イタリアンスープ フルーツポンチ	いか えび ぎゅうにゅう たまご こなチーズ ベーコン	たまねぎ にんじん ピーマン にんじん たまねぎ コーン ほうれんそう パイン もも レモンかじゅう	こめ バター さとう かたくりこ あぶら	しお こしょう ワイン コンソメ カレーこ あぶら コンソメ しお こしょう
17	水	コッペパン ぎゅうにゅう ポークピーンズ キャベツとハムのサラダ	ぎゅうにゅう だいず ぶたにく ハム	にんじん たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり コーン	コッペパン さとう かたくりこ あぶら マヨネーズ	コンソメ しお こしょう ケチャップ ソース こしょう
18	木	むぎごはん ぎゅうにゅう とりにくのてりやき ぶたにくとだいこんのもの	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく さつまあげ あつあげ	しょうが だいこん にんじん こんにゃく	こめ むぎ あぶら さとう	しょうゆ さけ しょうゆ かつおけずりぶし しお みりん さけ
19	金	むぎごはん ぎゅうにゅう かつおとだいずのピリからあえ どさんこじる ぶどう	ぎゅうにゅう かつお だいず ぶたにく みそ	しょうが もやし にんじん コーン しろねぎ ぶどう	こめ むぎ あぶら かたくりこ さとう ごま じゃがいも バター	しょうゆ さけ みりん す トウバンジャン かつおけずりぶし

22	月	むぎごはん りゅうにゅう	りゅうにゅう		こめ むぎ	
		ホイコーロー	ぶたにく みそ	キャベツ ピーマン しろねぎ にんにく しょうが	さとう かたくりこ あぶら	しょうゆ さけ トウバンジャン
		たまごとコーンのスープ	たまご	にんじん ほうれんそう コーン	かたくりこ	とりがらスープのもと しお しょうゆ こしょう
24	水	ツナサンド	まぐろあぶらづけ	きゅうり キャベツ	スライスパン マヨネーズ	しお こしょう
		りゅうにゅう	りゅうにゅう			
		マカロニのクリームに	とりにく りゅうにゅう こなチーズ	にんじん たまねぎ	マカロニ こむぎこ バター	コンソメ しお こしょう
25	木	ひじきそぼろごはん	ひじき とりにく	しょうが にんじん	さとう	しょうゆ みりん さけ
		りゅうにゅう	りゅうにゅう			
		ちくわのカレーあげ	ちくわ たまご		こむぎこ かたくりこ あぶら	カレーこ しお
		かきたまじる	たまご	にんじん はくさい しろねぎ	かたくりこ	かつおけずりぶし しお しょうゆ
26	金	むぎごはん りゅうにゅう	りゅうにゅう		こめ むぎ	
		マーボーどうふ	ぶたにく とうふ みそ	しょうが にんじん たまねぎ しろねぎ	ごまあぶら さとう かたくりこ	しょうゆ さけ トウバンジャン とりがらスープのもと
		ラーメンサラダ	ハム	キャベツ きゅうり にんじん	ラーメン ごまドレッシング	しょうゆ す
29	月	むぎごはん りゅうにゅう	りゅうにゅう		こめ むぎ	
		ぶたにくのチャブチェ	ぶたにく	にんじん たまねぎ ピーマン にんにく	はるさめ さとう ごま ごまあぶら	しょうゆ さけ こしょう
		クッパ	たまご わかめ	キャベツ にんじん だいこん	ごまあぶら かたくりこ	とりがらスープのもと さけ しょうゆ しお こしょう
30	火	むぎごはん りゅうにゅう	りゅうにゅう		こめ むぎ	
		つくねのてりやきソースがけ	とりにく たまご ひじき	にんじん れんこん たまねぎ	パンこ さとう かたくりこ	しお しょうゆ みりん
		みそしる	みそ とうふ わかめ	だいこん にんじん もやし はくさい		にぼし

