

日	曜	献立名	赤の食品(1・2群) おもに体をつくる	緑の食品(3・4群) おもに体の調子を整える	黄の食品(5・6群) おもにエネルギーになる	調味料・その他
2学期最初の給食は、9月1日「防災の日」にちなんで、乾物(大豆、ケチャップ、ツナ)や根菜類など長期保存できる食材を中心にした給食です。災害時の食べ物について考えてみましょう。						
2	水	コッペパン 牛乳 チキンピーンズ ツナサラダ	ぎゅうにゅう だいず とりにく ツナ	たまねぎ にんにく もやし にんじん きゅうり	コッペパン じゃがいも あぶら さとう あぶら さとう	ワイン ケチャップ ウスターソース しお こしょう とりがらだし す しょうゆ しお こしょう
3	木	麦ごはん 牛乳 チキンソースカツ ゆでキャベツ すまし汁	ぎゅうにゅう とりにく とうふ	 キャベツ たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	むぎごはん こむぎこ パンこ あぶら さとう	 しお こしょう ウスターソース しお しょうゆ しお あつけずり だしこんぶ
4	金	麦ごはん 牛乳 鶏ちゃん かぼちゃのみそ汁	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ みそ	にんにく しょうが キャベツ もやし にんじん ピーマン かぼちゃ たまねぎ こまつな	むぎごはん あぶら	 さけ しょうゆ みりん しお こしょう あつけずり
7	月	麦ごはん 牛乳 とりマーボー豆腐 春雨サラダ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ みそ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ しろねぎ キャベツ きゅうり にんじん レモンかじゅう	むぎごはん あぶら さとう ごまあぶら かたくりこ はるさめ さとう ごまあぶら	 しょうゆ さけ とりがらだし トウバンジャン テンメンジャン しょうゆ す
クイズ① 9月9日は不老長寿を願う「重陽の節句」です。この日に聞かひの深い花はどれ？ 1萩萩 2金木犀 3菊 きたえはこん立表の下↓						
8	火	麦ごはん 牛乳 鮭の塩焼き 菊花風おひたし けんちん汁	ぎゅうにゅう さけ きんしたまご あぶらあげ	 はくさい ほうれんそう だいこん にんじん ごぼう こんにやく ねぎ	むぎごはん さとう さといも あぶら かたくりこ	 しょうゆ しょうゆ しお あつけずり だしこんぶ
9	水	米粉入りパン 牛乳 やきそば わかめスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく あおのり わかめ とうふ	たまねぎ にんじん キャベツ にんじん もやし チンゲンサイ	こめこいりパン ちゅうかめん あぶら	 さけ やきそばソース ウスターソース しお こしょう しょうゆ とりがらだし しお こしょう
10	木	麦ごはん 牛乳 大豆入りドライカレー キャベツスープ ぶどうゼリー	ぎゅうにゅう とりにく だいず ぶどうゼリー	にんにく しょうが たまねぎ にんじん えだまめ キャベツ にんじん こまつな とうもろこし	むぎごはん あぶら こむぎこ さとう	ワイン カレーこ とりがらだし ケチャップ しょうゆ ウスターソース しお こしょう しょうゆ しお こしょう とりがらだし
11	金	麦ごはん 牛乳 鰹とじゃがいものごまがらめ とり肉と冬瓜のとりみ汁	ぎゅうにゅう かつお とりにく とうがん じろ	しょうが とうがん にんじん えのきたけ ねぎ しょうが	むぎごはん あぶら かたくりこ こむぎこ じゃがいも さとう ごま かたくりこ	 さけ しょうゆ しょうゆ さけ みりん しお あつけずり だしこんぶ
14	月	麦ごはん 牛乳 肉じゃが きりぼしだいこん 切干大根のごま和え	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ	たまねぎ にんじん こんにやく さやいんげん きりぼしだいこん にんじん こまつな	むぎごはん じゃがいも あぶら さとう さとう あぶら ごま	 さけ しお しょうゆ みりん あつけずり しょうゆ あつけずり
「ひじきを食べると元気に長生きできる」と言われるほどの健康長寿食です。給食は「肉みそひじきそぼろ丼」です。ひじきが苦手でも、味付けが肉みそだから食べやすいですよ♪						
15	火	肉みそひじきそぼろ丼 牛乳 かきたま汁	とりにく ひじき みそ ぎゅうにゅう とうふ たまご	にんにく しょうが にんじん たまねぎ しろねぎ たまねぎ しめじ みずな	あぶら さとう かたくりこ	しょうゆ さけ みりん しょうゆ しお あつけずり だしこんぶ
ガリバー・ジャンボリー2026！ガリバー旅行記300周年記念にちなんで、作者の出身国「アイルランド」でよく食べられている料理を再現した「ガリバー給食」です！						
16	水	コッペパン 牛乳 フィッシュアンドチップス クリームスープ	ぎゅうにゅう メルルーサ とりにく ぎゅうにゅう	 にんじん たまねぎ とうもろこし パセリ	コッペパン じゃがいも あぶら かたくりこ こむぎこ こむぎこ あぶら バター なまクリーム	 しお こしょう さけ とりがらだし ベーキングパウダー とりがらだし しお こしょう
17	木	麦ごはん 牛乳 ぶた肉のブルコギ ビーフンスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ピーマン しいたけ キャベツ にんじん チンゲンサイ	むぎごはん あぶら さとう ごまあぶら ごま ビーフン	 さけ しょうゆ コチュジャン とりがらだし しょうゆ しお こしょう
18	金	麦ごはん 牛乳 高野豆腐の卵とじ もやしのしらす和え	ぎゅうにゅう とりにく こうやどうふ たまご ちりめんじゃこ	にんじん たまねぎ さやいんげん もやし ほうれんそう にんじん	むぎごはん あぶら さとう さとう	 さけ しょうゆ みりん しお あつけずり しょうゆ
24	木	麦ごはん 牛乳 福神漬 チキンカレー フルーツカクテル	ぎゅうにゅう とりにく みかん もも パイン	ふくじんづけ にんにく しょうが たまねぎ にんじん りんごピューレ トマトピューレ	むぎごはん じゃがいも こむぎこ あぶら バター カクテルゼリー	 ワイン カレーこ ケチャップ とりがらだし オールスパイス ウスターソース しょうゆ しお こしょう ローリエ
クイズ② 「十五夜」は、別名「〇〇名月」と呼ばれています。〇〇に入る食べ物はなんでしょう？ 1いも 2まめ 3もち きたえはこん立表の下↓						
25	金	わかめごはん 牛乳 さわらのいりどりあんかけ 里芋のみそ汁	わかめ ぎゅうにゅう さわら あぶらあげ みそ	 しょうが にんじん たまねぎ えだまめ とうもろこし にんじん だいこん しめじ ねぎ	むぎごはん さとう かたくりこ さといも	 さけ しょうゆ みりん あつけずり あつけずり
28	月	麦ごはん 牛乳 秋なすとぶた肉のみそ炒め 卵スープ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とうふ たまご	なす にんじん たまねぎ いら たまねぎ こまつな	むぎごはん あぶら さとう かたくりこ	 さけ しょうゆ みりん とりがらだし しょうゆ しお こしょう
29	火	麦ごはん 牛乳 とり肉といかの中華煮 ごまマヨネーズサラダ	ぎゅうにゅう とりにく なんと いか	にんじん たまねぎ もやし チンゲンサイ たけのこ しいたけ にんにく しょうが キャベツ にんじん きゅうり	むぎごはん あぶら さとう ごまあぶら かたくりこ マヨネーズ ごま	 さけ しょうゆ とりがらだし しお こしょう しょうゆ
30	水	てりやきチキンドッグ (コッペパン、てりやきチキン、ゆで野菜) アシドミルク マカロニスープ	とりにく アシドミルク	しょうが キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ	コッペパン さとう かたくりこ マカロニ じゃがいも	さけ しょうゆ みりん しお とりがらだし しょうゆ しお こしょう