



# 徳島市小学校給食予定献立表

## 令和6年 9月分

徳島市教育委員会

| 日  | 曜 | 献立内容               |  | 材料名(食品名)                                 |  |   |
|----|---|--------------------|--|--|--|---|
|    |   |                    |  | 赤 血や肉や骨に<br>なるもの                         | 緑 体の調子を<br>整えるもの                                   | 黄 働く力や熱に<br>なるもの                          |
| 2  | 月 | ごはん                | 牛乳<br>和風ハンバーグ<br>ポテトスープ                            | 牛乳 ハンバーグ<br>ベーコン                         | しょうが たまねぎ にんじん<br>とうもろこし ねぎ                        | 精白米 強化米<br>さとう じゃがいも<br>白ごま               |
| 3  | 火 | (ごはん)              | 牛乳<br>キムチ丼<br>肉入り春巻き                               | 牛乳 豚肉<br>肉入り春巻き                          | キムチ しょうが もやし<br>はくさい たら たまねぎ<br>にんじん にんにく          | 精白米 強化米<br>油 さとう ごま油<br>白ごま               |
| 4  | 水 | ごはん                | 牛乳<br>高野豆腐の卵とじ<br>きゅうりとわかめの酢の物                     | 牛乳 高野豆腐<br>とり肉 かまぼこ 卵<br>わかめ             | たまねぎ にんじん<br>えだまめ きゅうり キャベツ                        | 精白米 強化米<br>さとう                            |
| 5  | 木 | ごはん                | 牛乳<br>メルルーサのレモン風味<br>かぼちゃのみそ汁                      | 牛乳 メルルーサ<br>とうふ、油揚げ<br>赤みそ 白みそ           | レモン汁 かぼちゃ たまねぎ<br>にんじん ねぎ                          | 精白米 強化米<br>でんぷん 油 さとう                     |
| 6  | 金 | ごはん<br>ふりかけ(しそかつお) | 牛乳<br>ポークビーンズ<br>野菜サラダ<br>マヨネーズ                    | 牛乳 大豆 豚肉<br>ベーコン                         | たまねぎ にんじん パセリ<br>トマトピューレ キャベツ<br>きゅうり とうもろこし       | 精白米 強化米<br>じゃがいも 油 パター さとう<br>生クリーム マヨネーズ |
| 9  | 月 | ごはん                | 牛乳<br>枝豆の豆腐ミンチカツ<br>はくさいの付け合わせ ポン酢しょうゆ<br>れんこんの炒め煮 | 牛乳 枝豆の豆腐ミンチカツ<br>豚肉 さつまあげ                | はくさい れんこん にんじん<br>こんにゃく グリンピース                     | 精白米 強化米 油<br>白ごま さとう ごま油                  |
| 10 | 火 | (ごはん)              | 牛乳<br>ドライカレー<br>かきたまスープ                            | 牛乳 豚肉 卵<br>とうふ、わかめ                       | にんにく しょうが<br>たまねぎ にんじん ピーマン                        | 精白米 強化米 油<br>カレールウ                        |
| 11 | 水 | ごはん                | 牛乳<br>いわしフライ<br>ボイルキャベツ ウスターソース<br>切り干し大根の炒め煮      | 牛乳 いわしフライ<br>とり肉 さつまあげ                   | キャベツ 切り干し大根<br>干しいたけ にんじん<br>グリンピース                | 精白米 強化米 油<br>さとう                          |
| 12 | 木 | ごはん                | 牛乳<br>八宝菜<br>ポークしゅうまい                              | 牛乳 豚肉 えび いか<br>ポークしゅうまい                  | しょうが にんじん たまねぎ<br>はくさい ヤングコーン<br>さやいんげん にんにく       | 精白米 強化米<br>油 ごま油 でんぷん<br>さとう              |
| 13 | 金 | ごはん                | 牛乳<br>肉じゃが<br>おひたし<br>パワフルチーズ                      | 牛乳 豚肉 ちくわ<br>チーズ                         | にんじん たまねぎ こんにゃく<br>えだまめ キャベツ                       | 精白米 強化米<br>じゃがいも 油 さとう                    |
| 17 | 火 | ごはん                | 牛乳<br>さばのみそ煮<br>ゆかりづけ<br>ひじきのいため煮                  | 牛乳 さばのみそ煮<br>とり肉 ひじき<br>がんもどき 大豆         | はくさい ゆかり<br>こんにゃく にんじん<br>さやいんげん                   | 精白米 強化米<br>油 さとう                          |
| 18 | 水 | (ごはん)              | 牛乳<br>親子丼<br>すだち酢あえ<br>ミックスナッツ                     | 牛乳 とり肉<br>かまぼこ 卵                         | にんじん たまねぎ<br>干しいたけ ねぎ キャベツ<br>小松菜 すだち酢             | 精白米 強化米<br>さとう<br>ナッツ ピーナッツ               |
| 19 | 木 | ごはん<br>ひじきのり       | 牛乳<br>オイスターソース炒め<br>大学いも                           | 牛乳 ひじきのり<br>豚肉                           | しょうが にんにく<br>にんじん たまねぎ<br>キャベツ 小松菜                 | 精白米 強化米<br>油 さとう さつまいも<br>黒ごま             |
| 20 | 金 | ごはん                | 牛乳<br>とり肉とこんにゃくのみそ煮<br>ごまあえ<br>ミニフィッシュ             | 牛乳 とり肉<br>がんもどき 赤みそ<br>小魚                | しょうが こんにゃく<br>ごぼう にんじん えだまめ<br>はくさい                | 精白米 強化米<br>油 さとう 白ごま                      |
| 24 | 火 | ごはん                | 牛乳<br>鮭の野菜カツ<br>塩昆布あえ<br>豚肉とごぼうの炒め煮                | 牛乳 鮭の野菜カツ<br>塩昆布 豚肉 さつまあげ                | キャベツ ごぼう<br>こんにゃく にんじん<br>さやいんげん                   | 精白米 強化米<br>さとう 油 白ごま                      |
| 25 | 水 | (ごはん)              | 牛乳<br>カレーライス<br>フルーツゼリーミックス                        | 牛乳 豚肉 脱脂粉乳                               | たまねぎ にんじん<br>グリンピース にんにく<br>みかん 黄桃 パイン             | 精白米 強化米<br>じゃがいも カレールウ<br>油 ゼリー           |
| 26 | 木 | ごはん                | 牛乳<br>マーボー厚揚げ<br>海藻サラダ<br>青じそドレッシング                | 牛乳 厚揚げ 豚肉<br>赤みそ わかめ                     | しょうが にんにく たけのこ<br>たまねぎ にんじん えだまめ<br>ねぎ キャベツ とうもろこし | 精白米 強化米<br>油 さとう でんぷん<br>ラー油              |
| 27 | 金 | 食パン                | 牛乳<br>焼きそば<br>ホウレン草オムレツ<br>冷凍みかん                   | 牛乳 豚肉 いか さつまあげ<br>花かつお 青のり粉<br>ホウレン草オムレツ | にんじん たまねぎ<br>キャベツ みかん                              | 食パン 中華そば<br>油                             |
| 30 | 月 | ごはん                | 牛乳<br>とり肉のかおりあげ<br>ボイルキャベツ ウスターソース<br>みそ汁          | 牛乳 とり肉<br>油揚げ 赤みそ 白みそ                    | ゆかり キャベツ たまねぎ<br>にんじん ねぎ                           | 精白米 強化米<br>でんぷん 油 さつまいも                   |

☐は食育の日の献立です。今月は、秋が旬のさつまいもを使った「大学いも」です。徳島県産のさつまいもは、ホクホクとした自然な甘さが特徴です。秋の味覚を味わいましょう。