



徳島市小学校給食予定献立表  
令和4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 なるもの	緑 体の調子を 整えるもの	黄 働く力や熱に なるもの
1	木	(ごはん) 牛乳 ハヤシライス	牛乳 豚肉	たまねぎ にんじん グリンピース にんにく トマトピューレ	精白米 強化米 じゃがいも 油 ハヤシルウ 生クリーム デミグラスソース
2	金	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 すまし汁	牛乳 さばのみそ煮 とうふ わかめ	たまねぎ にんじん えのきたけ	精白米 強化米
5	月	ごはん ふりかけ (ゆかり) 牛乳 厚焼き卵 ひじきのいため煮	牛乳 厚焼き卵 とり肉 ひじき がんもどき 大豆	こんにゃく にんじん さやいんげん	精白米 強化米 油 さとう
6	火	(ごはん) 牛乳 キムチ丼	牛乳 豚肉	キムチ しょうが もやし はくさい いら たまねぎ にんじん にんにく	精白米 強化米 油 さとう 白ごま ごま油
7	水	ごはん 牛乳 じゃがいもと厚揚げのそぼろ煮	牛乳 豚肉 厚揚げ ちくわ	しょうが にんじん たまねぎ グリンピース	精白米 強化米 さとう 油 じゃがいも
8	木	ごはん 牛乳 肉だんごの照り煮 みそ汁	牛乳 肉だんごの照り煮 とうふ 赤みそ 白みそ 油揚げ	たまねぎ にんじん ねぎ	精白米 強化米 さつまいも
9	金	小型コッペパン 牛乳 スパゲティミートソース 十五夜ゼリー	牛乳 豚肉	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース にんにく トマトピューレ	パン スパゲティ 油 十五夜ゼリー
12	月	ごはん ふりかけ (お魚) 牛乳 豚肉とごぼうのいため煮	牛乳 豚肉 さつまあげ	ごぼう こんにゃく にんじん さやいんげん	精白米 強化米 油 さとう 白ごま
13	火	(玄米ごはん) 牛乳 ドライカレー	牛乳 豚肉	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ピーマン	精白米 強化米 玄米 油 カレールウ
14	水	ごはん 牛乳 肉じゃが パワフルチーズ	牛乳 豚肉 ちくわ チーズ	にんじん たまねぎ こんにゃく えだまめ	精白米 強化米 じゃがいも 油 さとう
15	木	ごはん 牛乳 八宝菜	牛乳 豚肉 えび いか	しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ チンゲンサイ にんにく	精白米 強化米 油 でんぶ ごま油
16	金	ごはん 牛乳 さんまの塩焼き すだち果汁 切り干し大根のいため煮	牛乳 さんまの塩焼き とり肉 さつまあげ	切り干し大根 すだち果汁 干しいたけ にんじん さやいんげん	精白米 強化米 さとう 油
20	火	ごはん 牛乳 いわしのかんろ煮 塩昆布あえ れんこんの炒め煮	牛乳 いわしのかんろ煮 塩昆布 豚肉 さつまあげ	キャベツ きゅうり れんこん にんじん こんにゃく さやいんげん	精白米 強化米 油 白ごま さとう ごま油
21	水	ごはん 牛乳 とり肉のねぎソースあえ かぼちゃのみそ汁	牛乳 とり肉 厚揚げ わかめ 赤みそ 白みそ	ねぎ かぼちゃ たまねぎ にんじん	精白米 強化米 でんぶ 油 さとう 白ごま ごま油
22	木	ごはん 牛乳 洋風煮 ホウレン草オムレツ	牛乳 とり肉 ウインナー ホウレン草オムレツ	にんじん たまねぎ キャベツ えだまめ	精白米 強化米 じゃがいも さとう
26	月	運動会の代休 			
27	火	ごはん 牛乳 豚肉とこんにゃくのみそ煮 おひたし プリン	牛乳 豚肉 厚揚げ ちくわ 赤みそ	しょうが こんにゃく にんじん たけのこ えだまめ はくさい 小松菜	精白米 強化米 さとう 油 プリン
28	水	ごはん 牛乳 とり肉とキャベツのカレーソース 大学いも	牛乳 ベーコン とり肉	キャベツ にんじん たまねぎ ヤングコーン さやいんげん にんにく	精白米 強化米 カレールウ 油 さとう さつまいも 黒ごま
29	木	(ごはん) 牛乳 親子丼 きゅうりとわかめの酢の物 ミックスナッツ	牛乳 とり肉 かまぼこ 卵 わかめ	にんじん たまねぎ 干しいたけ ねぎ きゅうり キャベツ	精白米 強化米 さとう ナッツ ピーナッツ
30	金	ごはん 牛乳 ハンバーグのきのこソース ポテトスープ	牛乳 ハンバーグ ベーコン	えのきたけ しめじ しいたけ たまねぎ にんじん ねぎ	精白米 強化米 バター 油 さとう じゃがいも

16は、食育の日献立です。秋の味覚の「さんま」や徳島県の特産品である「すだち」の果汁を使用します。徳島県のすだちの生産量は全国1位を誇っています。