

予 定 献 立 表

2026年 9月

柳田小学校

日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる		黄の仲間 熱や力の元になる		緑の仲間 体の調子を整える		1人きー たんばく質 脂質 食塩相当量
1 火	救給(きゅうきゅう)カレー 防災の日給食	○	ポトフ バナナ	ウインナー、 ベーコン	牛乳	救給カレー、 じゃがいも		にんじん、 ブロッコリー	キャベツ、玉葱、 だいこん、 どうもろこし、 しめじ、バナナ	627 kcal 17.5 g 29.2 g 3.0 g
2 水	しそごはん	○	みそ汁 いわしたつたあげ きゅうりの南蛮漬	油揚げ、 みそ、 いわし竜田揚げ	牛乳、 わかめ	米、 じゃがいも、 上白糖	揚げ油、 ごま油	ほうれんそう、 にんじん	えのきたけ、 きゅうり	616 kcal 22.9 g 20.5 g 2.8 g
3 木	食パン	○	チョコクリーム コンソメスープ ハムエッグ ブロッコリーとツナのあえもの	鶏肉むね、 たまご、 ロースハム、 ツナ	牛乳	食パン	チョコクリーム	にんじん、 ブロッコリー	玉葱、 キャベツ	566 kcal 30.5 g 24.5 g 3.0 g
4 金	ごはん	○	韓国風にくじゃが マカロニサラダ 国産ももゼリー	豚肉、 赤みそ、 コチジャン、 ロースハム	牛乳	米、上白糖、 白すりごま、 突きこん、 三温糖、マカロニ	ごま油、 白すりごま、 卵不使用マヨタイプ	にんじん	にんにく、 すりおろしりんご、 玉葱、きゅうり、 キャベツ	733 kcal 25.0 g 22.3 g 2.0 g
7 月	ごはん	○	とりごぼう汁 肉団子(トマトソース) 千草あえ	鶏肉もも、 とうふ、肉団子、 ロースハム、 炒り卵	牛乳	米、 上白糖	白いりごま、 ごま油	にんじん、 こまつな	ごぼう、 ねぎ、 キャベツ	578 kcal 23.7 g 16.3 g 1.8 g
8 火	ごはん	○	すき焼き風煮 ツナのすのもの	豚肉、 焼きとうふ、 ツナ	牛乳、 わかめ	米、 しらたき、 車ふ、 上白糖	油	にんじん	ごぼう、だいこん、 玉葱、 えのきたけ、 ねぎ、きゅうり	616 kcal 25.6 g 18.1 g 1.9 g
9 水	ごはん	○	ワントンスープ ちくわのいそべ揚げ すきこんぶのもの	豚肉、 竹輪、 油揚げ	牛乳、 あおのり、 すき昆布	米、 ワントン、 薄力粉、 三温糖	揚げ油	にんじん、 ほうれんそう	生しいたけ、 えのきたけ、 たけのこ	635 kcal 27.2 g 18.8 g 2.5 g
10 木	豚キムチ丼	○	あつあげのみそ汁 野菜のしそあえ	豚肉、 厚揚げ、 みそ	牛乳	米、 三温糖、 じゃがいも	ごま油	にら、 にんじん、 ほうれんそう	にんにく、しょうが、 キムチ、玉葱、 もやし、 キャベツ、きゅうり	679 kcal 23.6 g 27.3 g 2.8 g
11 金	わかめごはん	○	ユイミータン いわしのうめに 野菜のしょうゆあえ	鶏ひき肉、 たまご、 いわしの梅煮	牛乳	米、 かたくり粉、 上白糖		にんじん、 ブロッコリー	玉葱、 どうもろこし、 しょうが、 きゅうり	643 kcal 26.7 g 21.5 g 2.4 g
14 月	ごはん	○	トックスープ ヤンニョムチキン ナムル	たまご、系かまぼこ 鶏肉むね、 コチジャン	牛乳、 わかめ	米、 もち、 かたくり粉、 上白糖	揚げ油、 白いりごま、 ごま油	にんじん、 こねぎ、 こまつな	干し椎茸、しょうが、 すりおろしりんご、 にんにく、 キャベツ	691 kcal 27.8 g 22.5 g 2.7 g
15 火	宿泊体験、遠足のため給食はありません									
16 水	ごはん	○	中華風にゅうめん みそだれ豚焼肉 ごま酢あえ	鶏肉もも、 豚肉、 みそ、 赤みそ	牛乳	米、 そうめん、 上白糖	ごま油、 油、 白いりごま	にんじん、 あさつき	玉葱、生しいたけ、 にんにく、レモン、 キャベツ、 きゅうり	587 kcal 26.2 g 18.1 g 2.1 g
17 木	ピザトースト	○	とりと野菜のスープ ブルーベリータルト	ベーコン、 鶏肉むね	牛乳、 チーズ	食パン、 じゃがいも	油	ピーマン、 にんじん	玉葱、 キャベツ	574 kcal 25.7 g 22.8 g 2.8 g
18 金	ハンバーグのセカレー	○	野菜サラダ	豚肉、 ロースハム	牛乳	米、 じゃがいも	油	にんじん	にんにく、 しょうが、玉葱、 キャベツ、 きゅうり	777 kcal 29.9 g 25.5 g 2.9 g
24 木	ごはん	○	さつま汁 たまごやき ごもくまめ	鶏肉もも、とうふ、 みそ、たまごやき、 大豆、 油揚げ	牛乳、 ひじき	米、しらたき、 さつまいも、 こんにゃく、 三温糖		にんじん	だいこん、 ねぎ、 ごぼう	641 kcal 27.8 g 22.2 g 2.0 g
25 金	そばろ丼 おつきみ給食	○	白玉入りお月見汁 チーズ入りおひたし 十五夜デザート	鶏ひき肉、 炒り卵、 月見かまぼこ	牛乳、 ダイスチーズ	米、 上白糖、 十五夜ゼリー	油	さいやんげん、 ほうれんそう、 にんじん、 こまつな	しょうが、 えのきたけ、 キャベツ	661 kcal 26.5 g 19.2 g 3.2 g
28 月	ごはん	○	ボークシチュー 大根とハムのサラダ さつまいもチップス	豚肉、 ロースハム	牛乳、 クリーム(乳脂肪)	米、 じゃがいも、 さつまいもチップス	大豆バター、 卵不使用マヨタイプ 白いりごま	にんじん、 ベイシクトマト、 トマトピューレ、 ブロッコリー	玉葱、 にんにく、 だいこん、 きゅうり	702 kcal 22.7 g 26.1 g 2.5 g
29 火	ごはん	○	コーンスープ クリスマスチキン 野菜のからしあえ	鶏肉むね	牛乳	米、じゃがいも、 パン粉、 コーンフレーク、 上白糖	卵不使用マヨタイプ	にんじん、 ブロッコリー	どうもろこし、 玉葱、 きゅうり	622 kcal 25.6 g 18.0 g 1.8 g
30 水	ごはん	○	マーボー豆腐 はるさめサラダ ヨーグルト	豚ひき肉、 とうふ、 赤みそ	牛乳、 ヨーグルト	米、 上白糖、 かたくり粉、 はるさめ	油、 卵不使用マヨタイプ	にんじん、 にら、 赤パプリカ	玉葱、しょうが、 にんにく、きゅうり、 キャベツ、 黄パプリカ	706 kcal 28.0 g 25.0 g 2.6 g

☆こんだては、材料の都合により変更になる場合があります。

☆給食の前には、せっけんで手を洗い、アルコール消毒をしましょう。

アレルギー情報 (乳・卵不使用) → ハム、ベーコン、カレールウ、豆乳バター、卵不使用マヨネーズタイプ

今月使用予定の地場産物



9月1日は「防災の日」です。能登町の学校給食では、各校に備蓄してある「救給カレー」を、ローリングストックを兼ねて、防災の日給食として提供します。パックに入ったカレーを温めて出します。組み合わせはポトフとバナナ、牛乳でいつもより少し簡易的なメニューになりますが、防災食の体験をしてみてください。



米、牛乳、たまご、
きゅうり、たまねぎ、
こまつな、しいたけ、
パプリカ

