

平成29年 9月の予定献立表

材料、その他の都合により献立を変更することがあります。
※アレルギー詳細献立表もあわせてごらんください。

行事や本日の給食のテーマ

	体内ではたら
	赤の 血や肉、骨をつく
	黄の 働き力や体温とな
	緑の 体の調子をととの

欠食等を表示します

カ
ミ
カ
ミ
献

西原町学校給食共同調理場
電話番号 945-4935

＜給食目標＞ 正しく配膳しよう
＜栄養目標＞ 季節の食べ物について知ろう

※カミカミ献立…噛み応えのあるメニューが入っています
よく噛んで食べよう！

こ ん だ て	<p>沖縄ではまだまだ日差しが強い日が続いていますが、9月は運動会や地区陸上などの行事があります。こまめに水分を補給する、そして、規則正しい食生活をおくることを心がけましょうね！</p> <p>よく食べています！（中間報告）</p> <p>坂田小3-1</p> <p>西原南小6-1 1 坂田小4-1 西原南小6-2 2 3</p> <p>生活のリズムをいともたそう 朝食はしつかり食べる</p> <p>夏バテになっていませんか？</p>				
あ か き み ど り	<p>1(金) キャベツのサラダ ハンバーグ</p> <p>きのこ パーガーパ クリームスープ</p> <p>牛乳、脱脂粉乳、鶏肉、ひよこ豆、ハンバーグ、白花生、白心甘豆、鶏ガラ</p> <p>パーガーパン、小麦粉、生クリーム、はちみつ、じゃがいも、マーガリン、アーモンド、オリーブ油</p> <p>えのき、しめじ、マッシュルーム、キャベツ、小松菜、セロリ、玉ねぎ、人参、白菜、カリフラワー、コーン</p>				
こ ん だ て	4(月) りんご	5(火) ウーケイ	6(水) ざるつゆ	7(木) 沖縄終戦記念日	8(金)
あ か き み ど り	ごはん スタミナぶたどん こんさいじる	アセロラゼリー こうはくかまぼこ あわごはん ビーナツ あえ なかみじる	ひやしうどん のぐ ちくわのさんしょくあげ うどん ごもくに	やきいも ござかなのからあげ やさい チャンプルー ポロポロ ジューシー	にらまんじゅう ごはん あつあげのちゅうかいため ちゅうかスープ
あ か き み ど り	牛乳、豆腐、削り節、豚肉、みそ	牛乳、なかみ、豚肉、ツナ、みそ、かまぼこ、削り節、豚がら	牛乳、鶏肉、わかめ、削り節、大豆、昆布、竹輪、卵	牛乳、豚肉、もずく、削り節、豆腐、チキアギ、ツナ、わかさぎ	牛乳、ハム、わかめ、厚揚げ、豚肉、にらまんじゅう、鶏がら
あ か き み ど り	米、じゃが芋、三温糖、ごま油、大豆油	米、あわ、アーモンド、アセロラゼリー、三温糖、ビーナツバター	うどん、ごま、ごま油、三温糖、大豆油、じゃが芋、アーモンド、小麦粉	米、麦、大豆油、小麦粉、焼き芋、でん粉	米、春雨、ごま油、でん粉、大豆油
あ か き み ど り	ごぼう、人参、冬瓜、長ねぎ、こんにやく、玉ねぎ、黄ピーマン、にんにくの芽、にら	椎茸、ねぎ、生姜、小松菜、こんにやく、大根、もやし、人参、にがうり	モウイ、コーン、胡瓜、人参、大根、青豆、こんにやく	椎茸、人参、冬瓜、ねぎ、キャベツ、もやし、小松菜	もやし、人参、にら、しめじ、にんにくの芽、パクチョイ、玉ねぎ、竹の子、きくらげ
こ ん だ て	11(月) れいとうみかん	12(火) アーサイりたまごやき	13(水) ちゅうかあんかけめん(あん) ちゅうかポテト ささみの(ちゅうかめん) ピりからあえ	14(木) グレープフルーツ コロコロサラダ	15(金) さんまのしょうがに
あ か き み ど り	ごはん なつやさいのキーマカレー パインサラダ	むぎごはん ウンチェーり きんぴらごぼう チムシンジ	ごはん いらいりどうふ つみれじる	ごはん かいそうサラダ かぼちゃのそぼろに	むぎごはん ひじきいため あさりのすましじる
あ か き み ど り	牛乳、豚肉、牛肉、豚レバー、大豆、鶏がら	牛乳、豚レバー、豚肉、みそ、チキアギ、鶏肉、アーサイり卵焼き	牛乳、豚肉、あさり、いか、えび、うずら卵、鶏肉、わかめ	牛乳、鶏肉、ベーコン、マッシュルーム、ひよこ豆、レッドキドニー、鶏ガラ	牛乳、アーサ、あさり、ひじき、チキアギ、大豆、ツナ、昆布、削り節
あ か き み ど り	米、じゃが芋、大豆油、三温糖、小麦粉、マーガリン、オリーブ油	米、麦、じゃが芋、ごま油、ごま、三温糖、水あめ、大豆油	中華麺、ごま油、大豆油、でん粉、ごま、三温糖、中華ポテト	黒糖パン、じゃが芋、大豆油、三温糖、さつまいも、アーモンド、エッグ7	米、麦、大豆油、三温糖
あ か き み ど り	玉ねぎ、ピーマン、南瓜、なす、赤ピーマン、キャベツ、胡瓜、パイン、人参、ブロッコリー	大根、人参、にら、ごぼう、ウンチェー、こんにやく	人参、玉ねぎ、竹の子、白菜、胡瓜、パパイア、もやし	玉ねぎ、大根、人参、しめじ、赤ピーマン、ブロッコリー、きゅうり、かぼちゃ、青豆	人参、えのき、冬瓜、ねぎ、キャベツ、もやし、生姜
こ ん だ て	<p>秋分の日 水水</p> <p>味覚の秋</p>				
あ か き み ど り	19(火) 食育の日	20(水)	21(木)	22(金)	
あ か き み ど り	てづくりシーカーサーケーキ ごはん ウツチンづけ しまやさいのみそに	さかなのみぞれあんかけ むぎごはん いらいりどうふ つみれじる	かえりのごまがらめ ごはん かいそうサラダ かぼちゃのそぼろに	メンチカツ むぎごはん カレーふうみのやさいソテー とうがんスープ	
あ か き み ど り	牛乳、豚肉、ポール天、厚揚げ、削り節、昆布、みそ、卵、豆乳	牛乳、あじつみれ、わかめ、昆布、さば、鶏肉、豆腐、卵、ひじき、削り節	牛乳、豚肉、削り節、大豆、ツナ、ちくわ、ゆかり、昆布、ツマ、リンゴ、カエリ	牛乳、鶏肉、アーサ、ひよこ豆、ハム、ツナ、メンチカツ	
あ か き み ど り	米、三温糖、小麦粉、アーモンド、バター、グラニュー糖	米、麦、三温糖、大豆油、でん粉	米、じゃが芋、三温糖、黒糖、大豆油、アーモンド、ごま、水あめ	米、麦、大豆油	
あ か き み ど り	冬瓜、人参、からし菜、モウイ、きゅうり、こんにやく	人参、冬瓜、長ねぎ、生姜、玉ねぎ、小松菜、大根	かぼちゃ、玉ねぎ、きゅうり、人参、モウイ、こんにやく、あお豆	冬瓜、人参、玉ねぎ、キャベツ、ブロッコリー、カリフラワー、しめじ	
こ ん だ て	25(月) さかなのあまずあんかけ	26(火) ミックスナッツ	27(水) トーカチ	28(木) なし	29(金) ヨーグルト
あ か き み ど り	むぎごはん パンパンジーサラダ わかめスープ	うめみそ むぎごはん きりぼしだい こんのうまに とうがんのすりながしじる	ござかなのいそべあげ くるまいごはん シマナー チャンプルー イナムドウチ	むぎごはん しおこんぶあえ ちくぜんに	トマトケチャップ オムライス(チキンライス) オムライスシート ブロッコリーソテー
あ か き み ど り	牛乳、わかめ、かまぼこ、豆腐、ほき、削り節、鶏肉、鶏がら	牛乳、卵、鶏肉、削り節、鶏がら、豚肉、昆布、チキアギ、みそ、糸削り	牛乳、豚肉、かまぼこ、みそ、豆腐、ツナ、きびなご、青のり、削り節	牛乳、鶏肉、竹輪、削り節	牛乳、鶏肉、卵、ベーコン、ヨーグルト、オムライスシート
あ か き み ど り	米、麦、ごま、でん粉、ごま油、エッグ7、三温糖、小麦粉、大豆油、ねりごま	米、麦、でん粉、三温糖、ごま、ミックスナッツ、大豆油、アーモンド、はちみつ	米、黒米、ごま、大豆油、小麦粉、でん粉	米、麦、大豆油、三温糖、ごま、ごま油	米、麦、大豆油
あ か き み ど り	えのき、にら、きゅうり、大根、パパイア、人参、黄ピーマン、長ねぎ	冬瓜、ねぎ、椎茸、人参、切干大根、小松菜、こんにやく	椎茸、ねぎ、からし菜、もやし、キャベツ、人参、こんにやく	人参、ごぼう、れんこん、大根、なし、青豆、椎茸、胡瓜、白菜、コンニャク、小松菜	玉ねぎ、人参、ピーマン、コーン、ブロッコリー、シジグ、グリッピーズ、マッシュルーム、カリフラワー、エリンギ

☆学校給食費は、毎月10日までに納めましょう。給食費の納入はお済みですか？給食費の完納にご協力ください。