



【お知らせ①】 食物アレルギー または 個別対応 が必要な食材や料理は、**赤色の文字**で 表示しています。

【お知らせ②】 献立表で、食器を確認しながら 盛りつけをしてみましょう。

●茶わん

◎お皿

■カレー皿

※食器は3種類あります。



日にち	曜日	主食（ご飯またはパン）	牛乳	おかず	材料		
					熱や力のもとになる（黄）	血や肉、骨のもとになる（赤）	体の調子を整える（緑）
防災の日							
1	火	■キーマカレーライス （麦ごはん・キーマカ レールウ）	 ●ストックサラダ	こめ むぎ じゃがいも あぶら こま さとう	ぎゅうにゅう ふたにく こうやとうふ だいず ツナ ひじき	たまねぎ にんじん えだまめ トマト にんにく しょうが りんご きりぼしだいこん コーン	
2	水	●麦ごはん	 ●豆腐のみそ汁 ◎さばのごま焼き ◎竹輪のマヨサラダ	こめ むぎ こま さとう ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう わかめ あぶらあげ とうふ みそ だし（いりこ） さば ちくわ	たまねぎ にんじん ねぎ キャベツ きゅうり	
3	木	●麦ごはん	 ●じゃがいもと厚揚げのうま煮 ◎ししゃものガーリック焼き ◎春雨の酢の物	こめ むぎ じゃがいも こんにゃく さとう あぶら はるさめ こまあぶら	ぎゅうにゅう ふたにく あつあげ たまご ししゃも	しょうが にんじん たまねぎ しいたけ いんげん きくらげ きゅうり にんにく	
4	金	ミニミルクパン	 ●ミートソースパグティ ◎ゴーヤチップスサラダ ◎ぶどう	パン スパグティ さとう あぶら こむぎこ こま こまあぶら	ぎゅうにゅう ふたにく だいず ツナ	たまねぎ にんじん しめじ パセリ にんにく トマト ゴーヤ キャベツ きゅうり もやし ぶどう	
7	月	●麦ごはん	 ●豚汁 ◎いわしのおかか煮 ◎ごま酢和え	こめ むぎ さといも こんにゃく あぶら こま さとう こまあぶら	ぎゅうにゅう ふたにく とうふ だし（いりこ） みそ いわし かつおぶし	にんじん だいこん ごぼう ねぎ しょうが もやし きゅうり	
8	火	■タコライス （麦ごはん・タコミー ト・野菜）	 ●もずくと冬瓜のスープ 冷凍パイ	こめ むぎ あぶら こまあぶら でんぶ	ぎゅうにゅう ふたにく ぎゅうにく だいず チーズ パーコン もずく たまご かまぼこ	たまねぎ にんじん にんにく トマト レタス とうがん パイ	
重陽の節句							
9	水	●麦ごはん	 ●なすのみそ汁 ◎ホキの天玉揚げ ◎菊花和え	こめ むぎ こむぎこ てんたま でんぶ あぶら さとう	ぎゅうにゅう ホキ あおさ わかめ あぶらあげ とうふ みそ だし（いりこ）	たまねぎ なす ねぎ こまつな きゅうり キャベツ きく	
10	木	●麦ごはん	 ●ジャーチャン豆腐 ◎マロニーの和え物	こめ むぎ さとう でんぶ あぶら マロニー こまあぶら	ぎゅうにゅう ふたにく あつあげ みそ ハム	にんにく しょうが だけのこ にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ もやし ビーマン コーン	
11	金	カットコッパン	 ●ミネストローネ ◎カレーミートビーンズ ◎ミニトマト	パン マカロニ じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう パーコン だいず ふたにく	にんにく たまねぎ なす にんじん キャベツ トマト パセリ えだまめ ミニトマト	
14	月	●麦ごはん	 ●汁ビーフン ◎ホイコーロー	こめ むぎ ビーフン あぶら でんぶ こまあぶら	ぎゅうにゅう ふたにく ちくわ あつあげ みそ	たまねぎ にんじん もやし にんにく チンゲンサイ ねぎ しょうが キャベツ ビーマン にら しめじ	
「まごわやさしい」和食の日							
15	火	●じゃこわかめごはん	 ●五目肉じゃが ◎春雨のマヨネーズ和え	こめ むぎ じゃがいも こんにゃく さとう あぶら はるさめ こま ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ちりめん わかめ ふたにく あつあげ うずらたまご ちぎりあげ ツナ	たまねぎ にんじん いんげん しいたけ きゅうり きくらげ	
16	水	●麦ごはん	 ●小松菜のみそ汁 ◎魚とレバーのチリソース	こめ むぎ でんぶ あぶら さとう	ぎゅうにゅう わかめ あぶらあげ とうふ だし（いりこ）みそ レバー ホキ	こまつな たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ えだまめ にんにく しょうが	
ふるさとくまさんデー ～荒尾・玉名地域～							
17	木	■南降揚げ丼 （麦ごはん・南降揚げ丼 の具）	 ◎焼きのりサラダ ◎梨	こめ むぎ さとう でんぶ あぶら こま こまあぶら	ぎゅうにゅう とりにく たまご かまぼこ のり なんかんあげ ツナ わかめ だし（かつお・こんぶ）	にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ キャベツ きゅうり もやし なし	
18	金	食パン	 ●野菜スープ ◎ホキフライ ラビゴットソースかけ マーシャルビーンズ	パン じゃがいも こむぎこ パンこ あぶら さとう マーシャルビーンズ	ぎゅうにゅう ホキ ウインナー	たまねぎ にんじん しめじ こまつな きゅうり トマト	
9/25 十五夜							
24	木	●麦ごはん	 ●里芋のみそ汁 ◎さんまのみぞれ煮 ◎おかか和え お月見団子	こめ むぎ さといも おつきみだんこ	ぎゅうにゅう わかめ あぶらあげ とうふ だし（いりこ）みそ さんま かつおぶし	たまねぎ ねぎ だいこん キャベツ きゅうり もやし にんじん	
25	金	ミルクパン	 ●コンスープ ◎スコッチエッグ ◎ブロッコリーサラダ	パン あぶら アーモンド さとう パンこ じゃがいも	ぎゅうにゅう パーコン チーズ たまご とりにく ふたにく ツナ	たまねぎ にんじん コーン マッシュルーム パセリ ブロッコリー きゅうり キャベツ	
28	月	●麦ごはん	 ●ぶたじゃが ◎れんこんの梅マヨサラダ	こめ むぎ こんにゃく じゃがいも さとう あぶら ノンエッグマヨネーズ アーモンド	ぎゅうにゅう ふたにく ちぎりあげ あつあげ わかめ かつおぶし	たまねぎ にんじん いんげん しいたけ れんこん きゅうり うめ	
29	火	●麦ごはん	 ●にら玉汁 ◎なすのオイスター炒め ◎きびなごカリカリフライ	こめ むぎ でんぶ さとう こま こまあぶら あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう たまご かまぼこ とうふ とりにく ぎゅうにく だし（かつお こんぶ） きびなご	えのきたけ たまねぎ にら なす にんじん パプリカ にんにく しょうが	
上益城のうまかモン ～大豆～							
30	水	ココアパン	 ●ボークビーンズ ◎小松菜彩りサラダ ムース	パン じゃがいも さとう あぶら アーモンド ムース	ぎゅうにゅう だいず ふたにく たまご	たまねぎ にんじん えだまめ トマト にんにく こまつな キャベツ	

★献立は都合により変更になる場合があります。

☆この献立表は、町内統一のもので、給食の実施については、各学校の行事をご確認ください。