
























9月 献立表 (こんだてひょう)

※【お知らせ】食物アレルギー または 個別対応 が必要な食材は、赤字で 表示しています。

1 (月)		2 (火)		3 (水)		4 (木)		5 (金)	
こんだて	 ピーマンのじゃこあえ てづくり ふりかけ むぎごはん じゃがいもの そばろに	 むらさきたまねぎの いわしフライ サラダ むぎごはん みそしる	 なし ひじきのマリネ コッペパン ポーク ビーンス	 いりこアーモンド ナムル むぎごはん マーボー豆腐	 かぼちゃの ロースト あげしょうが ミルクパン ひやしちゅうか				
あか	きゅうにゅう とりにく てんぷら あつあげ ちりめん ひじき ごめ ねぎ	きゅうにゅう いわし あぶらあげ わかめ とうふ みそ いりこ(だし) ごめ ねぎ	きゅうにゅう だいず ぶたにく チーズ ツナ ひじき ごめ ねぎ	きゅうにゅう ぶたにく だいず とうふ みそ わかめ いりこ ごめ ねぎ	きゅうにゅう とりにく わかめ たまご ぶたにく さば				
き	じゃがいも さとう てんぷら あぶら ごまあぶら ごま	パンこ こむぎこ あぶら ドレッシング	ゴッペパン じゃがいも あぶら パター こむぎこ さとう	さとう てんぷら ごまあぶら あぶら ごま アーモンド	さとう ごまあぶら オリーブオイル パンこ こむぎこ あぶら				
みどり	にんじん たまねぎ グリンピース しいたけ しょうが ピーマン もやし きくらげ しそ	かぼちゃ にんじん たまねぎ えのき ねぎ きゅうり むらさきたまねぎ キャベツ コーン	にんじん たまねぎ しめじ グリンピース にんにく トマト きゅうり キャベツ コーン なし	たまねぎ だけのこ にんじん ねぎ にら しいたけ しょうが にんにく もやし きゅうり	きゅうり にんじん もやし にら しいたけ トマト かぼちゃ ねぎ キャベツ にんにく しょうが				
8 (月)		9 (火)		10 (水)		11 (木)		12 (金)	
こんだて	 ぶどう きりぼしの ごまあえ むぎごはん チャーハン 豆腐	 ゴーヤのツナあえ やさいコロッケ むぎごはん ぶたじる	 フルーツ ミックス オムライス ②うすやきたまご ①チキンライス ポトフ	 スパゲッティ さかなの こうそうやき むぎごはん つぼんじる	 ミニトマト なすの ミートグラタン (2つ) まるパン チャウダー				
あか	きゅうにゅう ぶたにく あつあげ みそ ごめ ねぎ	きゅうにゅう あぶらあげ ぶたにく とうふ みそ ちくわ いりこ(だし) ツナ	きゅうにゅう とりにく ウィナー たまご ごめ ねぎ パター あぶら	きゅうにゅう ホキ とりにく かまぼこ あつあげ いりこ・こんぶ(だし) ごめ ねぎ オリーブオイル	きゅうにゅう チーズ きゅうにゅう ぶたにく だいず スキムミルク ベーコン				
き	さとう ごまあぶら てんぷら ごま ねぎ	ごめ ねぎ じゃがいも こむぎこ パンこ てんぷら あぶら ごまあぶら ごま	ごめ ねぎ パター あぶら じゃがいも ゼリー たまねぎ グリンピース にんじん	パンこ じゃがいも スパゲッティ さとう ノンエッグマヨネーズ にんにく パセリ バジル	まるパン マカロニ こむぎこ パター じゃがいも あぶら				
みどり	にんじん たまねぎ だけのこ ねぎ きくらげ ピーマン にんにく しょうが キャベツ ぶどう きりぼしだいこん もやし きゅうり	にんじん たまねぎ だいこん ねぎ ごぼう しいたけ はくさい しょうが ゴーヤ きゅうり もやし コーン いんげん	コーン きりぼしだいこん にんにく キャベツ とうがん しめじ パセリ なし パイン みかん おうとう	だいこん にんじん しいたけ ねぎ きゅうり キャベツ コーン	たまねぎ なす しめじ トマト にんにく パセリ にんじん マッシュルーム こまつな ミニトマト				
15 (月)		16 (火)		17 (水)		18 (木)		19 (金)	
こんだて	 敬老の日 敬老の日	 ごまあえ いかのレモンだれ むぎごはん すましじる	 ソーダゼリー タコライス ②ミックスやさい ③タコスミート ①むぎごはん とうがんの たまごスープ	 すのもの ししゃもの ガーリックやき むぎごはん とうがんの そばろに	 ひじきのサラダ あげパン やきそば				
あか		きゅうにゅう いか わかめ とうふ かつお・こんぶ(だし) ごめ ねぎ	きゅうにゅう ぶたにく チーズ わかめ とうふ たまご ごめ ねぎ	きゅうにゅう とりにく てんぷら あつあげ ちりめん ひじき ぶたにく さば	きゅうにゅう きなこ いか ひじき ぶたにく てんぷら とりにく ゴッペパン マカロニ				
き		ごめ ねぎ こむぎこ てんぷら さとう あぶら ごま ねぎ	さとう あぶら てんぷら ソーダゼリー	さとう あぶら てんぷら ごま オリーブオイル	スパゲッティ あぶら じゃがいも さとう ごまあぶら				
みどり		レモンがじゅう とうがん にんじん しめじ ねぎ もやし きゅうり チンゲンサイ	たまねぎ ドマド にんにく キャベツ きゅうり トマト とうがん にんじん えのき チンゲンサイ	とうがん にんじん しいたけ えだまめ きゅうり にんにく	にんじん たまねぎ キャベツ にら もやし しめじ しょうが レタス きゅうり うめ				
22 (月)		23 (火)		24 (水)		25 (木)		26 (金)	
こんだて	 チャブチェ だいずのフライ むぎごはん スーミータン	 秋分の日 秋分の日	 とうがんのカレーライス ヨーグルト ②パリパリポテト ②カレーうどん ①サラダ ①むぎごはん	 きんときまめの あまに れんこんの うめおかかあえ むぎごはん にく豆腐	 トマトと かいそうのサラダ きなこクリーム わふう スパゲッティ しょくパン				
あか	きゅうにゅう ぶたにく たまご かまぼこ とうふ すりみ だいず あおさ ごめ ねぎ あぶら		きゅうにゅう とりにく チーズ ツナ ヨーグルト	きゅうにゅう ぶたにく とうふ きんときまめ	きゅうにゅう とりにく ウィナー ちりめん わかめ こんぶ のり				
き	ごめ ねぎ あぶら てんぷら ごまあぶら はるさめ さとう パンこ こめ ごま		ごめ ねぎ じゃがいも こむぎこ パター あぶら ごま さとう ごまあぶら	さとう あぶら ごま ごまあぶら	スパゲッティ オリーブオイル ごま ごまあぶら さとう				
みどり	コーン たまねぎ にんじん きくらげ チンゲンサイ ビーマン にんにく エリンギ		とうがん にんじん しめじ グリンピース にんにく しょうが きりぼしだいこん きゅうり もやし	えのき にんじん キャベツ とうがん にら しょうが れんこん きゅうり えだまめ	たまねぎ だけのこ にんじん しめじ マッシュルーム ほうれんそう にんにく トマト きゅうり えだまめ				
29 (月)		30 (火)		 <div>がつ こうさまち しよくいくどうが しょうかい 9月は、甲佐町の とうがんを食育動画で紹介します。</div>					
こんだて	 ごまあえ きびなごのかばやき むぎごはん こうや豆腐の たまごとし	 いそかあえ さかなの しおこうづけ くりごはん ずあんじる	きゅうにゅう メバル とりにく とうふ かつお・こんぶ(だし) のり ごめ ねぎ						
あか	きゅうにゅう とりにく こうや豆腐 たまご かつお・こんぶ(だし) きびなご ごめ ねぎ	きゅうにゅう メバル とりにく とうふ かつお・こんぶ(だし) のり ごめ ねぎ	あぶら てんぷら ごま さとう						
き	じゃがいも さとう あぶら ごま ねぎ		とうがん にんじん えのき しょうが ねぎ きゅうり もやし						
みどり	たまねぎ にんじん だけのこ グリンピース しいたけ しょうが こまつな きゅうり もやし								

※献立は、都合により変更することがあります。