



9月の献立



	献立名 (材料名)	アレルギー代替食・栄養価 ※玉:たまごアレルギー・乳:牛乳・乳製品アレルギー		使用調味料等	
9/5 (木) ごはん 給食	さつまいご飯(さつまい、ごま塩) キャベツメンチカツ 甘辛煮(こんにやく、さつまいあげ) オレンジ ラーメンスープ(中華麺、豚肉、もやし、なると、青ねぎ)			醤油	○ 和風だし
				マヨネーズ	
				ケチャップ	コンソメ
				ソース	○ ごま油
		エネルギー: 414kcal / たんぱく質: 10.8g / 脂質: 8.7g			
9/9 (月) ごはん 給食	オイスターソース炒め(豚肉、たけのこ、オイスターソース) 春巻 グリンリーフ 玉子焼 ミートボール 南瓜の煮付 じゃこ和え(小松菜、チリメン、花かつお) みかん缶 チェリー缶	玉子焼 → がんもどきの煮付	玉	醤油	○ 和風だし
				マヨネーズ	
				ケチャップ	コンソメ
				ソース	ごま油
		エネルギー: 414kcal / たんぱく質: 12.3g / 脂質: 13.9g			
9/12 (木) ごはん 給食	チャーハン(たまご、焼き豚、玉ねぎ、にんじん、青ねぎ) ソーセージカツ プチゼリー 中華スープ(もやし、わかめ、青ねぎ)	炒飯 → たまご抜き	玉	醤油	○ 和風だし
				マヨネーズ	
				ケチャップ	コンソメ
				ソース	ごま油 ○
		エネルギー: 404kcal / たんぱく質: 9.7g / 脂質: 14.1g			
9/19 (木) ごはん 給食	キーマカレー(豚ミンチ、玉ねぎ、なす、トマト缶、ガーリック、おろし生姜、カレー粉、ヨーグルト、カレールウ) バナナ			醤油	和風だし
				マヨネーズ	
				ケチャップ	○ コンソメ ○
				ソース	○ ごま油
		エネルギー: 554kcal / たんぱく質: 12.1g / 脂質: 18.4g			
9/26 (木) ごはん 給食	しぐれ煮(牛肉、糸こんにやく、玉ねぎ、おろし生姜) チヂミ シューマイ ナムル(わかめ、白ごま、おろしにんにく) トマト煮(いわしつみれ、にんじん、グリーンピース、トマト水煮缶) りんご			醤油	○ 和風だし
				マヨネーズ	
				ケチャップ	○ コンソメ
				ソース	ごま油 ○
		エネルギー: 417kcal / たんぱく質: 10.5g / 脂質: 14.5g			
9/30 (月) パン 給食	イタリアンスパゲティ(スパゲティ、ベーコン、玉ねぎ、ピーマン) ぶどうパン アメリカンドッグ グリンリーフ パイン缶 コンソメスープ(ベーコン、マカロニ、玉ねぎ、ミックスベジタブル)	アメリカンドッグ → フランクフルト	玉・乳	醤油	和風だし
				マヨネーズ	
				ケチャップ	○ コンソメ ○
				ソース	ごま油
		エネルギー: 404kcal / たんぱく質: 11g / 脂質: 14.3g			