



9月 こんだてひょう



17日はじゅうごやで「おつきみ」きゅうしょくです。

がつけんくん

犬山市立楽田小学校

日	曜	こんだてめい 献立名	主な材料とその働き					
			赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
			1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 米・パン・めん・いも・砂糖	6群 油脂・種実
3	火	むぎごはん ぎゅうにゅう いわしのしょうがに かんぶつサラダ たきだしみそしる れいとうみかん	いわし とりにく	ぎゅうにゅう ひじき		しょうが キャベツ きりほしだいこん だいこん ごぼう ねぎ みかん	こめ むぎ さとう でんぷん さとう	あぶら
4	水	ナン ぎゅうにゅう なつやさいのキーマカレー ウインナー フルーツのゼリーあえ	ぶたにく だいず ウインナー	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	たまねぎ なす スズキニ にんにく しょうが パイン おとうろ いちごゼリー レモン	ナン じゃがいも	あぶら
5	木	ごはん ぎゅうにゅう てばさきふうからあげ ゆかりあえ タンタンスープ	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん あかしそ にんじん たら	にんにく キャベツ きゅうり もやし キャベツ しょうが にんにく	こめ でんぷん さとう	あぶら ごま ごま
6	金	ごはん ぎゅうにゅう かんこくふうにくじゃが ちぢみ もやしのナムル	ぶたにく ぶたにく とりにく とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん	にんにく たまねぎ こんにゃく ねぎ ねぎ きりほしだいこん もやし	こめ じゃがいも さとう こめこ さとう	ごま あぶら あぶら ごまあぶら ごま
9	月	くりまめごはん ぎゅうにゅう さわらのしおやき らしょくあえ なすいりみそしる	とりにく あぶらあげ だいず さわら	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん にんじん	ごぼう しいたけ きゅうり もやし コーン なす えのきたけ たまねぎ ねぎ	こめ さとう	くり あぶら
10	火	むぎごはん ぎゅうにゅう きりほしだいこんいりそぼろどん けんちんじる やきいも	とりにく こうやどうふ とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん	たまねぎ しょうが きりほしだいこん グリンピース ごぼう だいこん ねぎ	こめ むぎ さとう	あぶら ごまあぶら
11	水	ごはん ぎゅうにゅう さばのぎんがみやき きんぴらごぼう かきたまじる	さば みそ ちくわ とうふ かまぼこ たまご	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん	ごぼう こんにゃく たまねぎ えのきたけ ねぎ	こめ さとう こめこ さとう	あぶら ごま ごまあぶら
12	木	むぎごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ しゅうまい かいそうサラダ	ぶたにく だいず とうふ あかみそ ぶたにく とりにく たら	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ しょうが にんにく ねぎ たまねぎ キャベツ コーン	こめ むぎ でんぷん さとう	ごまあぶら あぶら ごまあぶら
13	金	サラダうどん ぎゅうにゅう とりにくとじゃがいものあげに ヨーグルト	ツナ とりにく だいず	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	きゅうり キャベツ コーン しょうが	うどん さとう でんぷん じゃがいも さとう	あぶら
17	火	ごはん ぎゅうにゅう さといもクロック ほうれんそうのなめたけあえ おつきみじる ◎おこめのプリンタルト	とりにく とりにく とうふ うさぎかまぼこ とうにゅう だいず	ぎゅうにゅう こんぶ わかめ	ほうれんそう にんじん にんじん かぼちゃ	もやし えのきたけ たまねぎ しめじ ねぎ	こめ さといも さとう パンこ こむぎこ でんぷん じゃがいも さとう こめこ さとう	あぶら ごま あぶら
18	水	サンドロールパン ぎゅうにゅう さばのたつたあげ たまねぎマリネ レンズまめのスープ	さば	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん	しょうが たまねぎ レモン たまねぎ	パン でんぷん さとう じゃがいも	あぶら あぶら
19	木	あいちのだいこんごはん ぎゅうにゅう あつあげのでんがくふう はくさいのしらすおかかあえ とうがんじる	あつあげ あかみそ かつおぶし とりにく	ぎゅうにゅう しらすぼし	だいこんのは にんじん にんじん	しょうが はくさい もやし とうがん しいたけ しょうが ねぎ	こめ さとう	ごま
20	金	ひやしちゅうか ぎゅうにゅう はるまき なし	ハム たまご ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん たら にんじん	キャベツ きゅうり しょうが キャベツ もやし エリンギ なし	ちゅうかめん さとう こむぎこ でんぷん さとう	ごまあぶら ごまあぶら あぶら
24	火	チキンライス ぎゅうにゅう うすやきたまご } オムライス ごぼうのごまドレサラダ コンソメスープ	とりにく たまご ツナ	ぎゅうにゅう	にんじん トマト にんじん	たまねぎ マッシュルーム ごぼう きゅうり キャベツ たまねぎ コーン もやし	こめ もちむぎ さとう さとう	あぶら あぶら ごまドレッシング
25	水	ごはん ぎゅうにゅう あじのみみじやき きりほしだいこんのもの きのこいりごじる	あじ おから ちくわ あぶらあげ とうふ だいず ミックスみそ とうにゅう	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん いんげん にんじん	きりほしだいこん しめじ えのきたけ しょうが こんにゃく ねぎ	こめ さとう	あぶら
26	木	ごはん ぎゅうにゅう にくだんごのやさいあんかけ ちゅうかふうコンソメスープ さつまいもいりほうじちゃむしパン わかめふりかけ	ぎゅうにく ぶたにく とりにく とうふ とうにゅう	ぎゅうにゅう	ピーマン にんじん ほうじちゃ あかしそ	たけのこ たまねぎ たまねぎ コーン	こめ パンこ さとう でんぷん でんぷん こむぎこ さとう さつまいも	あぶら あぶら くろごま ごま
27	金	むぎごはん ぎゅうにゅう やきにくどん ポパイサラダ スタミナキムチじる	ぶたにく ちくわ ツナ とうふ あぶらあげ あかみそ	ぎゅうにゅう	たら にんじん ほうれんそう にんじん	にんにく しょうが たまねぎ エリンギ コーン もやし たまねぎ きりほしだいこん はくさい キムチ にんにく	こめ むぎ さとう	くろごま あぶら ごまあぶら ごま
30	月	ごはん ぎゅうにゅう はっほうさい しろみざかなのあますあんかけ ごまだんご	ぶたにく えび あつあげ たら	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん	はくさい たまねぎ たけのこ もやし しいたけ たまねぎ	こめ でんぷん こむぎこ でんぷん	あぶら あぶら ごま あぶら

- ・食材は、体の中の働きによって3つの仲間に分けられています。
- ・汁物のだしには、煮干しやむろあじ、昆布などを使用しています。
- ・材料等の都合により献立の変更がある場合があります。ご了承ください。
- ・毎月19日頃に「食育の日」として、教科と関連した献立を紹介します。今月は19日に、5年生 社会科「私たちの生活と食料生産」より、犬山や愛知の食材を使った献立を紹介します。

【今月の行事】 1日 防災の日 9日 重陽の節句 17日 十五夜

◎てあらいキャンペーンの【ゆうしょうクラス】のリクエストこんだてがとうじょうします！
2-3 おこめのプリンタルト たのしみにしてください！

給食回数 19回



【給食の欠食について】
 ○ 病気やけが等による長期(連続4日以上)の欠席または出席停止が見込まれる場合、保護者からの欠食の申し出をもって欠食を行うことができます。希望される場合は、申し出をお願いします。
 ○ 欠食は、申し出日から6日目(土・日・祝日を含む)より対応可能です。