

令和5年9月 こんだてひょう

犬山市立犬山北小学校

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
1	金	ごはん ぎゅうにゅう カレー さいがいじのかんぶつサラダ さくらゼリー	ぶたにく ささみオイルづけ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん たまねぎ にんにく しょうが グリンピース キャベツ きりぼしだいこん	ごはん さとう さくらゼリー		
4	月	むぎごはん ぎゅうにゅう にくだんごのやさいあんかけ もずくのスープ さつまいものむしパン	にくだんご やきぶた たまご	ぎゅうにゅう もずく ぎゅうにゅう	ピーマン にんじん ねぎ だいこん えのきたけ	むぎごはん さとう でんぶん さつまいも こむぎこ さとう	あぶら	
5	火	ごはん ぎゅうにゅう さばのぎんがみやき わかめときゅうりのすのもの はちはいじる	さばのぎんがみやき わかめ とうふ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ねぎ だいこん ごぼう きゅうり	ごはん さとう でんぶん		
6	水	こがたロールパン ぎゅうにゅう スパゲティー・ナポリタン フルーツのゼリーあえ	ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン たまねぎ マッシュルーム パイン おとう みかん	こがたロールパン スパゲティー メロンゼリー いちごゼリー	オリーブオイル	
7	木	ごはん ぎゅうにゅう かんこくふうにくじゃが チヂミ もやしのナムル	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ にんじん	ごはん じゃがいも こんにやく さとう チヂミ さとう	ごま あぶら ごまあぶら	
8	金	ごはん ぎゅうにゅう きつかわし こまつなのたくわんあえ なすいりみそしる	ぶたにく あかみそ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな にんじん ねぎ	ごはん でんぶん ごま		
11	月	むぎごはん ぎゅうにゅう ハヤシライス まめのさっぱりサラダ なし	ぶたにく えだまめ ひよこまめ	ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ グリンピース マッシュルーム コーン キャベツ きゅうり レモン なし	むぎごはん じゃがいも さとう	あぶら あぶら	
12	火	ごはん ぎゅうにゅう あじのなんぶやき れんこんのきんぴら きりぼしだいこんのみそしる	あじ とうふ あぶらあげ ミックスみそ	ぎゅうにゅう	にんじん れんこん にんじん ねぎ	ごはん さとう でんぶん こんにやく さとう じゃがいも	ごま ころごま ごまあぶら	
13	水	ミルクロールパン ぎゅうにゅう かぼちゃのチーズやき ミネストローネ はちみつレモンゼリー	えだまめ ウィンナー ベーコン	ぎゅうにゅう シュレッドチーズ	かぼちゃ にんじん トマト パセリ	ミルクロールパン じゃがいも はちみつレモンゼリー	あぶら	
14	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 けんちんじる	とりにく とうふ	ぎゅうにゅう	にんにく にんじん しそこ にんじん ねぎ	ごはん でんぶん さとう さといも こんにやく ちゅうかめん	ごま あぶら ごまあぶら	
15	金	ちゅうかめん ぎゅうにゅう ひやしちゅうか マグロとさつまいものあげがら	やきぶた たまごやき まぐろ だいず	ぎゅうにゅう	にんじん キャベツ きゅうり きざみしょうが	さとう でんぶん さつまいも さとう	あぶら	
19	火	ごはん ぎゅうにゅう さばのおおぼみそづけやき キャベツのおちやあえ とうがんにじる	さばのおおぼみそづけ とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん ねぎ とうがん ほししいたけ しょうが	ごはん でんぶん さとう		
20	水	むぎごはん ぎゅうにゅう こうやとうふのたまごとじ しろごまつくね こまつなのおかあえ	とりにく たまご こうやとうふ はんぺん しろごまつくね かつおぶし	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな にんじん もやし	むぎごはん さとう あぶら		
21	木	たかなチャーハン ぎゅうにゅう はるまき だいこんのちゅうかあえ わかめのスープ	ぶたにく はるまき	ぎゅうにゅう	たかなづけ ねぎ にんじん にんじん ねぎ	ごはん さとう ごまあぶら ごま	あぶら あぶら ごまあぶら ごま	
22	金	ごはん ぎゅうにゅう さんまのみぞれに やさいのしおこんぶあえ ごじる	さんまのみぞれに ぶたにく とうふ 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 ねぎ えのきたけ しょうが	ごはん こんにやく むぎごはん		
25	月	むぎごはん ぎゅうにゅう なまあげのちゅうかいために ピリからたんたんスープ ヨーグルト	なまあげ ちくわ うずらたまご えだまめ ぶたにく ミックスみそ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな ねぎ にんじん キャベツ しめじ しょうが にんにく	むぎごはん さとう でんぶん はるさめ	あぶら ごまあぶら ごま	
26	火	ごはん ぎゅうにゅう さわらのもみじやき さといものそぼろに ふだまじる	さわら とりにく とうふ	ぎゅうにゅう	ねぎ にんじん グリンピース だいこん えのきたけ	ごはん さといも でんぶん さとう まるふ	あぶら	
27	水	パンズパン ぎゅうにゅう スラッピージョーサンドのぐ コンソメスープ スライスチーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいずミート	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん パセリ	パンズパン パンこ こむぎこ さとう じゃがいも	あぶら	
28	木	むぎごはん ぎゅうにゅう たれカツ ほうれんそうのなめたけあえ スタミナじる	カツ ぶたにく とうふ あぶらあげ あかみそ	ぎゅうにゅう	ほうれんそう にんじん にんじん いら たまねぎ ごぼう にんにく	むぎごはん さとう じゃがいも	あぶら ごま	
29	金	しらたまうどん ぎゅうにゅう おつきみうどんじる さといもコロッケ あおなのしそひじきあえ おつきみデザート	とりにく うずらたまご あぶらあげ しそひじき	ぎゅうにゅう	ねぎ ねぎ チンゲンツァイ にんじん もやし	しらたまうどん さといもコロッケ おつきみデザート	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、煮干しやむらあじ、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日は、「食育の日」として、教科と関連した献立を紹介します。
5年生社会 「わたしたちの生活と食料生産」より、愛知県で収穫された食材を取り入れます。地産地消の良さを考えます。

【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。