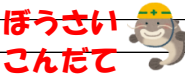


令和6年 9月 こんだてひょう

犬山市立城東小学校

日	曜	こん たて めい 献 立 名	主 な 材 料 と そ の 働 き					
			あか 赤 からだをつく 体を作る		みどり 緑 からだのちようしをとの 体の調子を整える		き 黄 からだを うご 体を動かすエネルギーになる	
			1 群	2 群	3 群	4 群	5 群	6 群
			さかなにく たまご だいず だいず せいひん 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	ぎゅうにちゅうせいはいばざかないぞ 牛乳・乳製品・小魚・海藻	りょくおうしよくゆうい 緑黄色野菜	た やさい くだもの その他の野菜・果物・きのこ	こめ 米・パン・めん・いも・砂糖	ゆし しゅじつ 油脂・種実
2	月	きゅうしよくちゅうし						
3	火	ごはん ぎゅうにゅう いわしのしょうがに	いわしのしょうがに	ぎゅうにゅう			ごはん	
		かんぶつサラダ 	ささみオイルづけ	ひじき		キャベツ きりぼしだいこん	さとう	あぶら
		たきだしとんじる	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう		
4	水	ナン ぎゅうにゅう なつやさいのキーマカレー サーモンバーグ	ぶたにく だいずミート ぶたレバー サーモンバーグ	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン トマト	たまねぎ なす ブックリーニ にんにく しょうが	じゃがいも	あぶら
		カラフルフルーツポンチ				みかん パイン 黄桃 ナタデココ	メロンゼリー さとう	
		むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			むぎごはん	
5	木	やきにくどんのぐ	ぶたにく		にら にんじん	にんにく しょうが たまねぎ エリンギ	さとう	あぶら ごまあぶら
		ポパイサラダ	ツナフレーク		ほうれんそう にんじん	コーン		ごま
		スタミナキムチじる	とうふ あぶらあげ みそ			たまねぎ きりぼしだいこん キムチ にんにく		
6	金	ごはん ぎゅうにゅう とりにくといものてばさきふうあげ	とりにく	ぎゅうにゅう		しょうが にんにく	ごはん	
		たいわんミンチのピリからスープ	ぶたにく みそ		にんじん にら ねぎ	もやし はくさい にんにく	じゃがいも でんぶん さとう	あぶら
		れいとうみかん				みかん		
9	月	むぎごはん ぎゅうにゅう	とりにく あぶらあげ だいず	ぎゅうにゅう	にんじん	ごぼう ほししいたけ	アルファーマい さとう	あぶら
		さわらのしおやき	さわら					
		5しよくあえ		しおこんぶ	にんじん	きゅうり もやし コーン		
10	火	かぼちゃとなすいりごまみそしる	あかみそ		にんじん かぼちゃ ねぎ	なす えのきたけ たまねぎ		ねりごま
		むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			むぎごはん	
		きりぼしだいこんのそぼろどん	とりにく こうやとうふ えだまめ		にんじん	たまねぎ しょうが きりぼしだいこん	さとう	あぶら
11	水	さつまいもコロッケ					さつまいもコロッケ	あぶら
		けんちんじる	とうふ		にんじん ねぎ	ごぼう だいこん		ごまあぶら
		ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん	
12	木	さばのきんがみやき	さばのぎんがみやき					
		きゅりのしそひじきあえ		しそひじき	にんじん	きゅうり もやし		
		ふだまじる	とうふ かまぼこ		ねぎ にんじん	たまねぎ えのきたけ	まるふ	
13	金	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			むぎごはん	
		マーボーとうふ	ぶたにく だいずミート とうふ みそ		にんじん ねぎ	たまねぎ しょうが にんにく	さとう	あぶら
		しゅうまい	しゅうまい				ばれいしょでんぶん	ごまあぶら あぶら
14	土	かいそうサラダ	ツナフレーク	かいそうミックス	にんじん	キャベツ コーン	さとう	ごまあぶら
		しらたまうどん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			しらたまうどん	
		サラダうどん	ツナフレーク	わかめ	にんじん	きゅうり キャベツ コーン	さとう	あぶら
18	水	とりにくとじゃがいものあげに	とりにく だいず				ばれいしょでんぶん じゃがいも さとう	あぶら
		ぶどうといちじくのむしパン	たまご	ぎゅうにゅう		ほしぶどう いちじくに	ホットケーキミックス さとう	
		くりいりごもくごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		ごぼう ほししいたけ	アルファーマい くり さとう	あぶら
19	木	うさぎがたハンバーグ 	ハンバーグ				さとう でんぶん	
		ゆかりあえ			にんじん	キャベツ きゅうり		ごま
		おつきみじる	とりにく とうふ かまぼこ	わかめ	にんじん ねぎ	はくさい しめじ 	かぼちゃもちボール	
20	金	サンドロールパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン	
		さばのたつたあげ(さばサンドの具)	トルコの名物料理! あげたサバをパンに はさんださばサンド!! 	さば		しょうが	ばれいしょでんぶん	あぶら
		たまねぎマリネ(さばサンドの具)			にんじん	たまねぎ レモンかじゅう	さとう	あぶら
24	火	レンズまめのスープ	レンズまめ		にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも	
		あいちのだいこんぼごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			だいこんぼごはん	
		あつあげのにくみそでんがく 	あつあげ とりひきにく みそ				さとう	
25	水	キャベツのしらすおかかあえ	かつおぶし	しらす	にんじん	キャベツ		
		とうがんじる	とりにく		にんじん ねぎ	とうがん ほししいたけ しょうが	ばれいしょでんぶん	
		ちゅうかめん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ちゅうかめん	
26	木	ひやしちゅうか	やきぶた たまごやき		にんじん	キャベツ きゅうり きざみしょうが	さとう	ごまあぶら
		はるまき	はるまき				あぶら	
		なし				なし		
27	金	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん	
		あじのみじやき	あじ おから		にんじん			ノンエッグマヨネーズ
		きりぼしだいこんのもの	ちくわ あぶらあげ		にんじん いんげん	きりぼしだいこん	さとう	あぶら
30	月	きのこいりごじる	ぶたにく とうふ だいず みそ とうにゅう		にんじん ねぎ	しめじ えのきたけ しょうが こんにやく	じゃがいも	
		じぶんでつくるオムライス(チキンライス)	とりにく		にんじん トマトケチャップ トマトビュール	たまねぎ マッシュルーム グリンピース	アルファーマい もちむぎ	あぶら
		オムライスようすやきたまご ぎゅうにゅう	うすきやきたまご	ぎゅうにゅう				
28	火	れんこんのごまドレサラダ	ツナフレーク	サイコロチーズ		れんこん きゅうり キャベツ		ごまドレッシング
		コンソメスープ		にんじん パセリ		たまねぎ コーン はくさい		
		ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん	
29	水	かんこくふうにくじゃが	ぶたにく		にんじん ねぎ	にんにく たまねぎ こんにやく	じゃがいも さとう	ごま あぶら
		ほしえびとチーズのチヂミ	おからパウダー	ほしえび チーズ	にんじん にら ねぎ	たまねぎ	ごま あぶら	
		もやしのナムル				きりぼしだいこん もやし	さとう	ごまあぶら ごま
30	木	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			むぎごはん	
		とりにくのごまだれがけ	とりにく				さとう	ごま
		やさいのなめたけあえ			こまつな にんじん	もやし えのきだけ		
31	金	ふいりかきたまじる	たまご かまぼこ ふ		にんじん ねぎ	ほししいたけ		
		ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん	
		しろみざかなのあまずあんかけ	しろみざかなのおまずあんかけ					
1	土	とりごぼうみそしる	とりにく とうふ みそ		にんじん	たまねぎ ごぼう えのきだけ		
		だいがくいも					さつまいも さとう	あぶら ごま

- ・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日は、「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。

【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。