



9月の予定献立表



食品群	体内でのほたらき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる



* 材料、そのほかの都合により献立を変更することがあります。
* 魚や肉にはほねがついていることがありますので、よくかんで気をつけて食べましょう

	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)
こ ん だ て					
あ か	きゅうりゅう ぶたにく とりにく だしぶん	きゅうりゅう ぶたにく とうふ あさり みそ	きゅうりゅう ぶたにく とりにく はるまき	きゅうりゅう 無塩せきウインナー まぐろカツレツ	きゅうりゅう ひじき ぶたにく カエリ あぶらあげ
き	ごはん おおむぎ じゃがいも こむぎこ マーガリン ゼリー だし油 さとう	ごはん さとう こま	ごはん でんぶん はるさめ さとう こま油 だし油	ハーガーパン じゃがいも タルタルソース だし油 かんきつドレッシング	ごはん こんにゃく じゃがいも さとう だし油 さつまいも こま
み ど り	たまねぎ にんじん ドラゴンフルーツ パイン シークワーサー果汁 ぶどう にんにく ピーマン おとうろ チェリー ウーヅパウダー 洋なし もも	にんじん こまつな しょうが きゅうり きりぼしだいこん コーン	たまねぎ にんじん ほうさい ピーマン 赤ピーマン だけのこ しいたけ にんにく	キャベツ きゅうり セロリ たまねぎ にんじん 黄ピーマン しめじ にんにく	グリーンピース たまねぎ にんじん にんにく
こ ん だ て	9(月)	10(火) トーカチ	11(水)	12(木)	13(金)
あ か					
き	きゅうりゅう ぶたにく みそ あつあげ すいぎょうざ	きゅうりゅう ぶたにく なかみ ツナ たまこ さば	きゅうりゅう とうりゅう あぶらあげ なたとりにく だし	きゅうりゅう ぶたにく だし とりにく	きゅうりゅう もずく とりにく 青のり ちくわ だしぶん ちくわ さかなそうめん かつおぶし
み ど り	キャベツ しょうが たまねぎ にんじん はくさい ピーマン 赤ピーマン きくらげ だけのこ えのきたけ にんにく ながねぎ	こんにゃく しいたけ しょうが にんじん たまねぎ いら シークワーサー果汁	にんじん ながねぎ こんにゃく イングン だいこん しいたけ	こんにゃく きゅうり こまつな しょうが たまねぎ にんじん ピーマン だけのこ ちやし にんにく	ごぼう しょうが にんじん ねぎ れんこん イングン こんにゃく
こ ん だ て	16(月)	17(火) 十五夜	18(水)	19(木) 琉球料理の日	20(金)
あ か					
き	きゅうりゅう ぶたにく みそ	きゅうりゅう ハンバーグ とうふ とりにく みそ	きゅうりゅう とりにく 無塩せきベーコン レッドキドニー だし ぶたにく 無塩せきウインナー テリカハム 白花豆 チーズ 白いんげん豆 だしぶん	きゅうりゅう ぶたにく ほうろく とうふ かまぼこ	きゅうりゅう とりにく ちくわ あぶらあげ
み ど り	ごぼう だしぶん さとう さといも しらたまだんご だし油	とうがん にんじん ながねぎ りんご たまねぎ レモン果汁	パン じゃがいも こむぎこ マーガリン スパゲティ チョコジャム ドレッシング	ごはん だし油 こま油	ごはん カルシウム米 だし油 やきぐりコロッケ プリン
こ ん だ て	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)
あ か					
き	きゅうりゅう ぶたにく とりにく だし とうふ かつおぶし みそ	きゅうりゅう ぶたにく とりにく だし とうふ かつおぶし みそ	きゅうりゅう とうりやく あさり チーズ かまぼこ パンガシウス	きゅうりゅう ぶたにく こんにゃく あつあげ カエリ だし みそ ポール天	きゅうりゅう とりにく だしぶん
み ど り	ごぼう だしぶん さとう でんぶん	ごはん だし油 さとう でんぶん	パン 粉 スパゲティ だし油 オリーブ油 マスカットゼリー	ごはん だし油 さとう アーモンド みずあめ こま	ごはん じゃがいも だし油 バター こむぎこ チョコチップ さとう
こ ん だ て	30(月)	南城市産ハーブを使っています♪			<div data-bbox="1217 2250 1439 2318" data-label="Section-Header"><h3>今月の欠食予定</h3></div> <div data-bbox="1197 2332 1468 2593" data-label="List-Group"> <ul style="list-style-type: none"> 2日(月)大里中 12日(木)知念小6年 13日(金)知念小6年 26日(木)大里北小5年 27日(金)大里北小5年 玉城小6年 30日(月)玉城小6年 </div> <div data-bbox="1487 2277 1777 2346" data-label="Section-Header"><h3>南城市産の食材</h3></div> <div data-bbox="1526 2346 1738 2551" data-label="List-Group"> <ul style="list-style-type: none"> ○きゅうり ○もずく ○バジル ○スペアミント </div>
あ か	きゅうりゅう ぶたにく だし とうふ わかめ みそ たまこ	子どもたちに地元の食材を知ってほしいと思い、給食に南城市産の生のハーブを使用しています。バジルは特によく使用するので子どもたちもよく食べてくれます！今月はスペアミントを使ったチョコミントスコーンが初登場です！お楽しみに♪			
き	ごはん さとう だし油	<div data-bbox="521 2346 1139 2634" data-label="Complex-Block"> <div data-bbox="579 2359 695 2414">バジル</div> <div data-bbox="579 2414 695 2497"></div> <div data-bbox="531 2510 724 2620">スパゲッティやバジルチキンに使用します！カロテンやビタミンEが豊富です。</div> <div data-bbox="753 2359 927 2414">ローズマリー</div> <div data-bbox="753 2414 927 2497"></div> <div data-bbox="753 2510 946 2620">5月の「豚肉の香草やき」に使用しました。お肉にのせるだけで香りがつき食欲をそそります♪</div> <div data-bbox="946 2359 1120 2414">スペアミント</div> <div data-bbox="946 2414 1120 2497"></div> <div data-bbox="946 2510 1139 2620">さわやかな香りが特徴です。今月初登場です♪食べやすくスコーンに使用しました。</div> </div>			
み ど り	にんじん へちま こまつな しょうが イングン	<div data-bbox="1217 2250 1439 2318" data-label="Section-Header"><h3>今月の欠食予定</h3></div> <div data-bbox="1197 2332 1468 2593" data-label="List-Group"> <ul style="list-style-type: none"> 2日(月)大里中 12日(木)知念小6年 13日(金)知念小6年 26日(木)大里北小5年 27日(金)大里北小5年 玉城小6年 30日(月)玉城小6年 </div> <div data-bbox="1487 2277 1777 2346" data-label="Section-Header"><h3>南城市産の食材</h3></div> <div data-bbox="1526 2346 1738 2551" data-label="List-Group"> <ul style="list-style-type: none"> ○きゅうり ○もずく ○バジル ○スペアミント </div>			

※食物アレルギーのある児童生徒は、給食を食べる前に別紙の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学校においても毎日確認してください。