



# 令和2年 9月分献立表



邑楽町立学校給食センター

日	曜	献立名	体をつくる		体の調子を整える		エネルギーになる		エネルギー Kcal	たんぱく質 g	脂質 g
			1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂			
1	火	背割りコッペパン	スラッピージョー	大豆 ベーコン	牛乳	にんじん	こんにゃく にんにく	パン	778	32.9	23.0
		ヨーグルト	花野菜サラダ⑩	ぶた肉	ヨーグルト	ピーマン	玉ねぎ カリフラワー	砂糖			
2	水	牛乳	野菜スープ	おから		トマト ブロッコリー	コーン キャベツ	じゃがいも	755	26.4	15.6
		ご飯	煮卵	卵 油揚げ	牛乳	にんじん	きゅうり 大根	ご飯			
3	木	ふりかけ	つぼ漬け和え	ぶた肉	のり		キャベツ ねぎ	さといも	699	25.8	21.8
		牛乳	すいとん	かつおぶし				小麦粉			
4	金	ご飯	豚キムチ炒め	ぶた肉	牛乳	にんじん	はくさい 玉ねぎ しいたけ	ご飯	853	28.9	30.3
		牛乳	中華コーンスープ	卵		チンゲンサイ	もやし たけのこ コーン	片栗粉			
7	月	ナン	キーマカレー	とり肉	牛乳	にんじん	しょうが にんにく ねぎ	ナン	646	23.2	24.2
		牛乳	枝豆サラダ⑩	おから	ヨーグルト	トマト	しょうが 玉ねぎ キャベツ	じゃがいも			
8	火	パインスライス	パインスライス				グリンピース ブルーン 枝豆 きゅうり	バター	681	25.5	20.3
		ご飯	さんまのみぞれ煮	さんま	牛乳	にんじん	大根 もやし	ご飯			
9	水	牛乳	ごま酢和え	ぶた肉		小松菜	コーン にんにく	砂糖	812	30.1	23.4
		牛乳	豚汁	豆腐 みそ			キャベツ ねぎ	じゃがいも			
10	木	黒パン	鶏の唐揚げ(2)	とり肉	牛乳	にんじん	しょうが キャベツ	パン	796	37.0	29.8
		チーズ	かいそうサラダ⑩	ぶた肉	チーズ	ほうれん草	きゅうり コーン	パン粉			
11	金	牛乳	ラビオリスープ	ベーコン	わかめ		玉ねぎ にんにく	砂糖	589	24.6	16.1
		牛乳	えのきたけのスープ	えのきたけ	わかめ	ほうれん草	もやし えのきたけ	ごま			
14	月	牛乳	えのきたけのみそ汁	大豆 油揚げ			しいたけ ねぎ	ごま油	754	30.3	18.5
		牛乳	そぼろご飯の具	ぶた肉	牛乳	にんじん	こんにゃく 枝豆	油			
15	火	ツイストパン	えびとマカロニのトマトクリーム煮	えび	牛乳	にんじん	玉ねぎ にんにく	パン	590	22.0	20.9
		牛乳	コーンサラダ⑩	いんげん豆	チーズ	トマト	キャベツ きゅうり	マカロニ			
16	水	牛乳	オレンジ	ベーコン	生クリーム		コーン オレンジ	じゃがいも	772	28.1	24.7
		牛乳	マーボー豆腐	豆腐 みそ	牛乳	にんじん	玉ねぎ ねぎ きゅうり	ご飯			
17	木	牛乳	ポークしゅうまい(2・2・3)	ぶた肉		にら	エリンギ にんにく	春雨	685	23.6	19.1
		牛乳	春雨サラダ⑩				しょうが キャベツ コーン	砂糖			
18	金	丸パン	豆腐ハンバーグ野菜ソースかけ	豆腐 ぶた肉	牛乳	にんじん	しめじ 玉ねぎ	パン	599	26.5	22.4
		牛乳	いろいろサラダ⑩	とり肉 ベーコン		トマト	りんご キャベツ	マカロニ			
23	水	牛乳	ABC スープ	うずら卵		ブロッコリー	キャベツ	片栗粉	792	34.0	27.1
		牛乳	あじフライ⑩	あじ	牛乳	ほうれん草	きゅうり キャベツ	砂糖			
24	木	牛乳	なめこ汁	みそ	こんぶ		なめこ 大根	小麦粉	654	24.7	16.1
		牛乳	あじフライ⑩	あじ	牛乳	ほうれん草	きゅうり キャベツ	パン粉			
25	金	牛乳	なめこ汁	みそ	こんぶ		なめこ 大根	小麦粉	781	28.6	18.4
		牛乳	あじフライ⑩	あじ	牛乳	ほうれん草	きゅうり キャベツ	パン粉			
28	月	牛乳	なめこ汁	みそ	こんぶ		なめこ 大根	小麦粉	654	24.7	16.1
		牛乳	あじフライ⑩	あじ	牛乳	ほうれん草	きゅうり キャベツ	パン粉			
29	火	牛乳	なめこ汁	みそ	こんぶ		なめこ 大根	小麦粉	781	28.6	18.4
		牛乳	あじフライ⑩	あじ	牛乳	ほうれん草	きゅうり キャベツ	パン粉			
30	水	牛乳	なめこ汁	みそ	こんぶ		なめこ 大根	小麦粉	781	28.6	18.4
		牛乳	あじフライ⑩	あじ	牛乳	ほうれん草	きゅうり キャベツ	パン粉			

⑩…ボトルドレッシング ⑪…小中パックソース・幼ボトルソース

※お米はすべて邑楽町産を使用しています。 ※太字は邑楽町産のものを使用予定です。

※都合により献立および食材料を変更する場合がありますのでご了承ください。



上段：小学校  
下段：中学校