



# 2025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		Kcal	たんぱく質 g	脂質 g	塩分 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				
2	火	背割りコッペパン	ウインナー	牛乳	ピーマン	玉ねぎ にんにく	パン 大麦	油	604	25.3	29.5	3.1
		牛乳	ぶた肉	チーズ	にんじん	キャベツ	砂糖	ドレッシング	759	30.9	36.2	3.4
3	水	ご飯	いわしのおかか煮	牛乳	にんじん	大根 ねぎ ごぼう	ご飯	油	672	26.7	16.6	2.6
		牛乳	すいとん	たら ぶた肉	ほうれん草	小麦粉	小麥粉	砂糖	797	31.1	19.0	3.0
4	木	ご飯	キムたくご飯の具	ぶた肉	にんじん	玉ねぎ にんにく	ご飯 小麦粉	ごま	636	26.8	18.9	2.9
		牛乳	ジャンボ焼売(1. 2. 2)	豆腐	わかめ	白菜 大根 ねぎ	砂糖 小麦粉	ごま油	749	30.9	21.2	3.4
5	金	はちみつパン	夏野菜のペペロンチーノスパゲッティ	ベーコン	にんじん	にんにく 玉ねぎ	パン	オリーブ油	613	26.4	20.3	2.6
		牛乳	チキンナゲット(1. 2. 2)	とり肉	ピーマン	キャベツ なす	スパゲッティ	ドレッシング	782	32.7	24.6	3.3
8	月	ご飯	ピリ辛小松菜丼の具	ぶた肉	小松菜	玉ねぎ しめじ しょうが	ご飯	油	618	23.0	18.7	2.3
		牛乳	塩昆布和え	油揚げ	にんじん	にんにく キャベツ きゅうり もやし	砂糖	ごま	744	27.6	22.2	2.9
9	火	ミルクパン	カレーロール(1. 2. 2)	とり肉	にんじん	きゅうり もやし	パン 小麦粉	ドレッシング	675	26.7	28.2	3.1
		牛乳	じゃこサラダ	大豆	かぼちゃ	キャベツ 玉ねぎ	じゃがいも	油	805	31.4	32.6	3.4
10	水	ご飯	うずら玉子入りガパオライスの具	とり肉 大豆	ピーマン	玉ねぎ にんにく	ご飯	ごま油	626	27.1	18.1	2.4
		牛乳	ツナときゅうりの中華和え	うずら卵	チンゲンサイ	もやし きゅうり コーン	砂糖	油	766	33.2	21.1	2.9
11	木	ご飯	野菜かき揚げ	油揚げ みそ	ほうれん草	キャベツ もやし にんにく	ご飯	油	677	20.1	23.6	2.6
		牛乳	天丼のたれ	ぶた肉	にんじん	にんにく 大根 ねぎ	砂糖 小麦粉	ごま	811	23.7	27.7	3.1
12	金	パーカーハウス	ハンバーグアップルソースかけ	とり肉	ブロッコリー	りんご 玉ねぎ にんにく	パン	油	615	30.2	26.6	3.0
		牛乳	花野菜サラダ	ぶた肉	にんじん	カリフラワー コーン	砂糖	ごま	772	37.4	32.7	3.4
16	火	パンキンパン	野菜グラタン	豆腐	にんじん	玉ねぎ	パン	油	623	21.8	18.8	2.4
		牛乳	コロコロサラダ	ベーコン	ほうれん草	コーン 枝豆	じゃがいも	ドレッシング	806	26.5	22.4	3.2
17	水	ご飯	チキンカレー	とり肉	にんじん	しょうが にんにく 玉ねぎ	ご飯	油	650	20.1	19.0	2.3
		牛乳	コーンサラダ	オレング	チーズ	ブルーベリー りんご キャベツ	じゃがいも	ごま油	772	23.7	21.7	2.7
18	木	ご飯	さば香り焼き	さば 厚揚げ	にんじん	しょうが にんにく	ご飯	油	668	28.4	21.2	2.2
		牛乳	黄金煮	豆腐 みそ	かぼちゃ	玉ねぎ	砂糖 片栗粉	片栗粉	802	33.8	24.4	2.7
19	金	食パン	オムレツケチャップソース	卵 ツナ	にんじん	キャベツ	パン じゃがいも	油	606	27.9	23.9	3.1
		牛乳	ツナサンドの具	とり肉	パセリ	きゅうり コーン	砂糖	油	740	33.9	28.3	3.4
22	月	ご飯	とり肉の唐揚げ(2)	とり肉	ブロッコリー	にんにく しょうが	ご飯	油	674	26.8	23.1	1.8
		牛乳	ブロッコリーの中華和え	中華スープ	チンゲンサイ	にんじん	片栗粉	ごま	766	29.2	23.8	2.3
24	水	ご飯	ハッシュドポーク	ぶた肉	にんじん	にんにく しょうが	ご飯	油	644	18.9	14.7	1.7
		牛乳	いかくんサラダ	いかのくんせい	セロリ	玉ねぎ グリンピース	砂糖	油	824	22.7	18.9	2.1
25	木	ご飯	たこめしの具	たこ ちくわ	にんじん	ごぼう	ご飯	油	665	24.6	22.8	1.9
		牛乳	オニオンリングフライ(1. 2. 2)	ぶた肉 かまぼこ	さやえんどう	しいたけ	砂糖 小麦粉	ごま	786	28.9	26.1	2.4
26	金	ロールパン	ベーコンエッグ	ベーコン 大豆	パセリ	コーン	パン	油	625	25.4	27.3	3.2
		牛乳	マスタードポテト	卵 とり肉	にんじん	玉ねぎ にんにく	じゃがいも	油	757	29.6	32.0	3.4
29	月	ご飯	豆腐ハンバーグ照り焼きソース	とり肉 みそ	にんじん	玉ねぎ えのきたけ	ご飯	ごま油	621	25.3	17.1	2.5
		牛乳	こんにゃくのピリ辛炒め	豆腐 厚揚げ	ほうれん草	キャベツ	砂糖 じゃがいも	ごま	758	31.2	20.2	3.2
30	火	キャロットパン	さといものコロケ	卵	ブロッコリー	キャベツ	パン さといも	油	623	29.8	22.5	3.1
		牛乳	海そうサラダ	ベーコン	にんじん	玉ねぎ	パン粉 砂糖	ドレッシング	753	35.4	26.4	3.4

防災の献立

中野小  
リクエストメニュー

大阪・関西万博  
[兵庫県]

上段：小学校  
下段：中学校

※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。

## 毎日の給食、みんなの工夫でおいしさアップ!

- ①楽しく食べられる雰囲気を作ろう!
- ②「おいしい!」は楽しく食べられるまほうの言葉★

### 2学期も安全においしい給食作りに努めます♪

# お知らせ

今月の  
ふるさと食べ物  
(献立表:太字)

- お米
- なす
- じゃがいも



★給食費の口座振替のお知らせ★

9月の振替日は、9月16日(火)です。よろしくお願いします。

