

令和5年8・9月 給食カレンダー



島田市立中部学校給食センターA

日	献立名	使 わ れ て い る 食 品 と お も な 働 き				エネルギー (kcal) たん白質(g)	備考 欠食校 個数など
		体を作る食品(赤色)	体の調子を 整える食品(緑色)	エネルギーの もとになる食品(黄色)	調味料		
8/28月	ごはん			こめ		621	金小・五和 四小・五小 金中・二中
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				27.2	
	さばのこうじづけ	さば		こうじ さとう	しお みりん		
	きんぴらごぼう	ぶたにく さつまあげ	ごぼう にんにく にんじん さやいんげん	さとう ごま 油 ごま油	しょうゆ とうがらし	799	
29火	かきたまじる	とうふ たまご	たまねぎ にんじん ほうれんそう	でんぶん	しょうゆ かつおだし しお	32.7	金小・五和 金中・二中
	ごはん			こめ		584	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				23.2	
	あじフライ	あじ		パンこ こむぎこ 油	しお	752	
30水	こまつなとベーコンのソテー	ベーコン	こまつな もやし	油	しお コンソメ	28.0	金小 狐
	やさいのスープに	とりにく ウインナー	キャベツ たまねぎ にんじん グリーンピース	じゃがいも	がらスープ スープストック しょうゆ しお		
	こくとうパン			パン こくとう		647	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				25.1	
31木	やさいのグラタン	とうにゅう おから	たまねぎ にんじん とうもろこし ほうれんそう	マッシュポテト こめこ さとう みずあめ 油 でんぶん	しお	828	狐
	かいそうサラダ (イタリアンドレッシング)	かいそう	キャベツ きゅうり パプリカ	ドレッシング		30.6	
	ポークピエンス	だいす ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん にんにく パセリ	さとう 油	ケチャップ ソース ワイン スープストック しお		
	むぎごはん			こめ むぎ		644	
9/1金	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				20.7	魚
	なつやさいかレー	ぶたにく チーズ	たまねぎ かぼちゃ にんじん ビーマン なす とうもろこし りんご にんにく	じゃがいも 油	カレールウ ケチャップ ソース チャツネ しお	855	
	えだまめコロッケ		えだまめ	じゃがいも パンこ こむぎこ でんぶん さとう 油	しお	25.4	
	カラフルサラダ (ちゅうかドレッシング)		キャベツ きゅうり パプリカ	ドレッシング			
4月	ごはん			こめ		583	魚
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				21.9	
	さんまのかばやき	さんま		でんぶん 油 さとう	しょうゆ みりん さけ	764	
	やさいのアーモンドあえ		キャベツ こまつな にんじん	アーモンド さとう	しょうゆ	26.8	
5火	とうふのみそじる	とうふ みそ	たまねぎ だいこん えのきたけ はねぎ		かつおだし		魚
	むぎごはん			こめ むぎ		580	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				24.9	
	ブルコギ	ぶたにく みそ	たまねぎ たら パプリカ りんご しょうが にんにく	さとう ごま油	しょうゆ トウバンジャン	755	
6水	ちゅうかサラダ		ほうれんそう もやし にんじん	さとう ごま油 ごま	しょうゆ す しお	30.0	魚
	すいぎょうぎスープ	ぶたにく とりにく	チンゲンサイ たまねぎ キャベツ ねぎ しょうが	こむぎこ こめこ さとう でんぶん 油	がらスープ しょうゆ しお ちゅうかスープ みりん さけ		
	ごはん			こめ		582	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				23.5	
7木	やさいととうふのハンバーグ	とりにく とうふ	たまねぎ にんじん えだまめ だいこん しょうが	パンこ こむぎこ 牛脂 さとう でんぶん	しお しょうゆ みりん	748	魚
	ポテトサラダ (マヨネーズ)		きゅうり とうもろこし	じゃがいも マヨネーズ	しお	29.0	
	つみれじる	つみれ	だいこん ごぼう にんじん ごんにやく はねぎ しょうが		しょうゆ かつおだし しお		
	せわりパン			パン		635	
8金	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				26.2	魚
	ソーセージのケチャップかけ	ソーセージ		さとう	ケチャップ ソース	784	
	ツナときのこのスパゲティ	まぐろ	たまねぎ しめじ エリンギ にんじん マッシュルーム	スパゲティ 油	コンソメ しお	31.8	
	コーンポタージュ	ぎゅうにゅう	とうもろこし たまねぎ にんじん パセリ	油	がらスープ しお コンソメ ベジマメルソース		
9月	もちむぎごはん			こめ もちむぎ		593	四小5年 島田第四小学校 児童作成献立
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				23.8	
	とりにくのからあげ	とりにく	しょうが にんにく	でんぶん 油	しょうゆ	812	
	ゆかりあえ	たまご ぶたにく わかめ	こまつな にんじん たまねぎ	はるさめ	がらスープ スープストック しょうゆ さけ しお	30.6	
10月	たまごとわかめのはるさめスープ	たまご ぶたにく わかめ	こまつな にんじん たまねぎ	はるさめ	がらスープ スープストック しょうゆ さけ しお		小1こ 中2こ ミントマト 2こ
	ミニトマト		ミニトマト				
	ごはん			こめ		597	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				22.8	
11月	ぎょうざ	とりにく ぶたにく	キャベツ たまねぎ たら	こむぎこ 油 ごま油 でんぶん もちごめこ さとう	しお さけ オイスターソース しょうゆ	781	ぎょうざ 小2こ 中3こ 五和
	かふうあえ		ほうれんそう もやし にんじん	はるさめ さとう ごま ごま油	しょうゆ す	28.1	
	マーボーなす	とうふ ぶたにく みそ	なす たまねぎ たちのこ はねぎ しいたけ しょうが にんにく	さとう でんぶん 油	しょうゆ ちゅうかスープ しお トウバンジャン		
	ごはん			こめ		599	
12月	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				28.2	えびしゅうまい 小2こ 中3こ
	えびしゅうまい	たら えび	たまねぎ	こむぎこ ラード でんぶん さとう	しお	785	
	ホイコーロー	ぶたにく みそ	キャベツ ねぶかねぎ ビーマン しょうが にんにく	ごま油 さとう でんぶん	しょうゆ トウバンジャン	34.5	
	ほうれんそうとコーンのスープ	とうふ とりにく	たまねぎ とうもろこし にんじん ほうれんそう ししいたけ	でんぶん	がらスープ スープストック しお		

○物資の購入の都合により献立や使用材料を変更することがあります。

○「地場産物を 鮮め太字・アンダーライン」で表示しています。

○「地場産物を使った料理+具たくさん島田汁」を組合せた献立を「おしまちゃんランチ」と名づけ、毎月1回提供していきます。

生産者紹介

< 食物アレルギー関連の留意点 >

○学校給食では、ピーナッツ・そば・キウイフルーツ・いくらを使用しません。

○マヨネーズは卵が入ったものを使用しています。 ○魚介類(しらすしなど)や海藻には、エビ、イカ、カニ、タコなどが混入する場合があります。

○めん(ソフトめん・中華めん・うどんなど)の製造工場では、そば、山芋、大豆を使用した製品を製造しています。

○パンの製造工場では、卵、くるみ、ごま、りんご、もも等を使用した製品を製造しています。

○加工食品については十分な表記ができない場合があります。詳細が必要な場合は学校を通して給食センターにお問い合わせください。



令和 5 年 9 月 給食カレンダー

島田市立中部学校給食センターA

日	献立名	使 わ れ て い る 食 品 と お も な 働 き				エネルギー (kcal) たん白質(g)	備考 欠食校 個数など
		体を作る食品(赤色)	体の調子を 整える食品(緑色)	エネルギーの もとになる食品(黄色)	調味料		
12 火	ごはん			こめ		593	五和
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	とうふステーキそぼろあん	とうにゅう とりにく	しょうが	さとう でんぶん 油	しょうゆ	22.1	
	ごぼうサラダ (ごまドレッシング)		ごぼう にんじん きゅうり	さとう ドレッシング	さけ みりん しょうゆ	765	
	さつまじる	とりにく あぶらあげ みそ	にんじん だいこん はねぎ	さつまいも	かつおだし	26.8	
13 水	うどん			めん		604	かしわてん 小 1こ 中 2こ
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	ごもくうどんつゆ	ぶたにく かまぼこ あぶらあげ こんぶ	にんじん はねぎ ししいたけ		しょうゆ みりん かつおだし さけ しお	33.6	
	かしわてん	とりにく	しょうが にんにく	こむぎこ 油 でんぶん	しょうゆ	792	
	ごまあえ		キャベツ もやし こまつな	ごま さとう	しょうゆ	43.3	
14 木	ごはん			こめ		559	長寿食の献立
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	いわしのさんがやき	たら いわし みそ	たまねぎ にんじん ねぎ しょうが にんにく	でんぶん さとう マッシュポテト 油	ぎょしょう しお	23.8	
	こまつなのりあえ	のり	こまつな もやし	さとう	しょうゆ す	731	
	じゃがいもそぼろに	ぶたにく こうやどうふ	たまねぎ こんにゃく にんじん グリーンピース ししいたけ	じゃがいも さとう 油	しょうゆ さけ	29.7	
15 金	アップルパン			りんご	パン	695	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	メンチカツ	ぶたにく ぶたレバー	たまねぎ	パンこ こむぎこ でんぶん 油	しお しょうゆ	28.0	
	キャベツサラダ		キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう 油	しょうゆ す しお	854	
	えだまめのクリームに	ぎゅうにゅう とりにく	たまねぎ えだまめ にんじん しめじ	じゃがいも 生クリーム 油	ベジタブルソース ワイン コンソメ しお	33.2	
19 火	ごはん			こめ		566	甲信越地方 の郷土料理
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	さけのやきづけ	さけ		さとう ごま油	しょうゆ す	29.5	
	やさいなめたけあえ		キャベツ こまつな きゅうり えのきたけ	みずあめ さとう	しょうゆ しお ぎょしょう	717	
	かぼちゃのほうとう	とりにく あぶらあげ みそ	かぼちゃ にんじん ごぼう ねぶかねぎ	ほうとう	かつおだし しょうゆ	33.3	
20 水	マーガリンパン			パン マーガリン		603	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	かぼちゃオムレツ	たまご	かぼちゃ	さとう でんぶん 油	す しお	22.4	
	コールスローサラダ (コールスロードレッシング)		キャベツ きゅうり パプリカ	ドレッシング		749	
	ポトフ	とりにく ウィナー	たまねぎ だいこん にんじん	じゃがいも	がらすープ コンソメ しょうゆ しお	26.6	
21 木	ごはん			こめ		574	五和試食会
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	しろみざかなのねぎソース	ほき	ねぶかねぎ	でんぶん 油 さとう ごま油	しょうゆ す とうがらし	23.7	
	ナムル		もやし ほうれんそう にんじん	ごま ごま油 さとう	しょうゆ	734	
	トックック	たまご とりにく	チンゲンサイ にんじん ししいたけ しょうが	トック でんぶん	がらすープ しょうゆ ちゅうかスープ しお	28.6	
22 金	ごはん			こめ		588	おしまちゃん ランチ 
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	ちくわのおちやあげ	ちくわ	ちや	こむぎこ 油 でんぶん		24.9	
	きりほしだいこんのごまずあえ		こまつな にんじん きりほしだいこん	さとう ごま	しょうゆ す	781	
	とうにゅういりしまだじる	ぶたにく とうにゅう みそ あぶらあげ	かぼちゃ にんじん ごぼう えのきたけ はねぎ		かつおだし	31.3	ちくわのおちやあげ 小 2こ 中 3こ
25 月	ごはん			こめ		611	四小
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	とりにくとレバーのみそあえ	とりにく とりレバー みそ		でんぶん 油 さとう ごま	みりん	27.5	
	コーンときゅうりのすのもの	わかめ	きゅうり とうもろこし	さとう	しょうゆ す しお	781	
	けんちんじる	とうふ あぶらあげ	だいこん にんじん ごぼう ししいたけ はねぎ	さといも ごま油	しょうゆ しお かつおだし	32.7	
26 火	ごはん			こめ		645	四小
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	おつきみハンバーグ	とりにく ぶたにく	たまねぎ トマト にんにく しょうが	さとう でんぶん	しお ケチャップ ソース ワイン	26.2	
	こんぶあえ	こんぶ	キャベツ きゅうり にんじん	さとう	しお しょうゆ す	787	
	つきなじる	うずらたまご かまぼこ	だいこん こまつな にんじん	さといも	しょうゆ かつおだし しお	29.3	
	つきみだんご	かんでん		こめこ さとう みずあめ でんぶん	しょうゆ		
27 水	ソフトめん			めん		673	四小 金中・二中
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	ミートソース	ぶたにく チーズ みそ	たまねぎ にんじん トマト	さとう 油	ケチャップ ハヤシルウ ソース ベジタブルソース スープストック しお	25.9	
	さつまいもどだいずのあげに	だいず		さつまいも でんぶん 油 さとう ごま	しょうゆ みりん	828	
	ポパイサラダ		ほうれんそう キャベツ とうもろこし	油 さとう	しょうゆ す	31.2	
28 木	ごはん			こめ		556	四小・金中
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	ツナマヨオムレツ	たまご まぐろ	たまねぎ	さとう でんぶん 油 マヨネーズ	しお しょうゆ す	20.0	
	ビーフソテー	ぶたにく	キャベツ たまねぎ もやし にんじん きくらげ にんにく しょうが	ビーフ 油 ごま油	しょうゆ ちゅうかスープ しお	714	
	こんさいだんごのスープ	とりにく	チンゲンサイ たまねぎ にんじん ごぼう れんこん	さといも ラード でんぶん さとう 油	がらすープ スープストック しょうゆ しお	23.7	
29 金	げんまいいりパン			パン げんまい		610	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう					
	まぐろカツ	まぐろ	たまねぎ しょうが	パンこ こむぎこ でんぶん 油 さとう	みりん しょうゆ しお	24.9	
	ジャーマンポテト	ベーコン	たまねぎ パセリ	じゃがいも 油	しお コンソメ	783	
	ミネストローネ	だいず ウィナー	たまねぎ トマト キャベツ にんじん セロリ	マカロニ さとう	がらすープ しお コンソメ	32.1	