



令和6年9月 学校給食予定献立表(小学校)

竹原市学校給食センター
(竹原すくすくセンター)
【TEL:22-2350 FAX:22-2315】

日	曜	献立 ★米：竹原市内産 竹原市内産、広島県内産の 食品名には線を入れています。		あか		みどり		き		えいようりょう	
				おもに からだ 体をつくる	おもに からだ 体の調子を整える	おもに エネルギー のもとになる	栄養量				
							エネルギー (kcal)				
							カルシウム(mg)				
えんぶん(g)											
2	月			豚肉のしょうが炒め シャキシャキスープ	ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう くわかめ	にんじん ピーマン ねぎ	しょうが しめじ キヤベツ たまねぎ だいこん	こめ さとう	あぶら ごま ごまあぶら	601 302 1.9
3	火			豆腐の中華スープ煮 ポテトリヨネーズ	ぶたにく とうふ ウインナー	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん チンゲンサイ パセリ	たまねぎ はくさい ほししいたけ たまねぎ	パン くろざとう さとう かたくりこ じゃがいも	ごまあぶら あぶら バター	635 396 2.5
4	水			キムタクごはん とうがん汁 ぶどう	ぶたにく とりにく とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん さいやいんげん ねぎ	しょうが たまねぎ ほししいたけ はくさいキムチ たくあん とうがん ぶどう	こめ さとう	ごま ごまあぶら	590 315 1.7
5	木			ポークビーンズ カラフルソテー はちみつマーガリン	きんとときめ ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん トマト ピーマン	たまねぎ とうもろこし キャベツ	パン じゃがいも さとう はちみつ	あぶら ごまあぶら マーガリン	659 310 2.0
6	金			ひろしまあげあげちくわ そえ野菜 ひじきの炒り煮	ちくわ とりにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう あおのり ひじき	ピーマン にんじん さいやいんげん	もやし ごぼう さとう	こめ こむぎこ さとう	あぶら ごまあぶら	667 323 2.5
9	月			野沢菜そぼろ 具だくさん汁 豆乳プリン	ベーコン ツナ あぶらあげ なまあげ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん のざわなづけ ねぎ	ごぼう とうもろこし だいこん しめじ	こめ じゃがいも プリン	ごまあぶら	600 343 1.7
10	火			麻婆豆腐 パンパンジー	ぶたにく とうふ みそ とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	にんにく しょうが たまねぎ ほししいたけ たけのこ もやし きゅうり	こめ さとう かたくりこ はるさめ	あぶら ごまあぶら ごま	631 327 2.4
11	水			チキンカレー コールスローサラダ	とりにく ハム	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	にんにく たまねぎ キャベツ きゅうり みかん	こめ むぎ じゃがいも さとう はちみつ こめこ	あぶら バター オリーブあぶら	688 283 2.0
12	木			ポテトサラダサンド ポトフ	ハム とりにく ウインナー	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	きゅうり とうもろこし とうがん たまねぎ	パン じゃがいも	ごま マヨネーズ	630 374 2.4
13	金			魚の中華甘酢かけ おかかあえ 切干大根の煮物	メルルーサ かつおぶし ぶたにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん さいやいんげん	キャベツ きりぼしだいこん ほししいたけ	こめ かたくりこ こむぎこ さとう	あぶら ごまあぶら	654 338 1.8
17	火			元気☆うまうま井 つきまじる 月見汁	ぶたにく とりにく ちくわ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん えだまめ ねぎ	とうもろこし しょうが ごぼう しめじ	こめ じゃがいも だんご		654 338 1.8
18	水			豚肉と大豆の煮物 たくあんあえ	だいいず ぶたにく なまあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	ごぼう ほししいたけ キヤベツ きゅうり たくあん	こめ じゃがいも さとう		620 355 1.4
19	木			塩レモンスパゲティ カミカミサラダ	ぶたにく ツナ	ぎゅうにゅう ちりめん	にんじん ねぎ こまつな	キャベツ たまねぎ もやし にんにく レモン だいこん とうもろこし	パン スパゲティ さとう	ごまあぶら アーモンド あぶら	595 342 2.1
20	金			さばの塩焼き はりはり漬け なすのみそ汁	さば あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ねぎ	きりぼしだいこん きゅうり なす たまねぎ	こめ さとう		624 302 2.3
24	火			かぼちゃシチュー こまつなのソテー	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう なまクリーム ちりめん	かぼちゃ にんじん こまつな	たまねぎ キャベツ こめこ	パン くろざとう じゃがいも さとう	バター あぶら	656 390 2.2
25	水			鶏肉のぶどうジュースソースかけ そえ野菜 春雨スープ	とりにく ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう	ピーマン にんじん ねぎ	にんにく ぶどうジュース キャベツ たまねぎ	こめ はちみつ かたくりこ はるさめ		626 281 1.9
26	木			海鮮汁ビーフン 梅マヨサラダ	とりにく ホタテ いか ツナ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん チンゲンサイ こまつな	ドライパイ キャベツ ほししいたけ だいこん うめ	パン ビーフン	ごまあぶら マヨネーズ	608 336 3.1
27	金			ししゃものから揚げ かおりあえ 県産の海軍さんの肉じゃが	ぶたにく ちくわ	ぎゅうにゅう ししゃも	こまつな だいこん たまねぎ	こめ かたくりこ さとう じゃがいも	あぶら		626 383 1.4
30	月			親子煮 キャベツの甘酢あえ	とりにく なまあげ たまご	ぎゅうにゅう ちりめん	にんじん さいやいんげん	たまねぎ ほししいたけ キャベツ きゅうり	こめ じゃがいも さとう		643 365 1.5

すくすくセンターから

9月の給食では、竹原市の神田精果園で、丹精をこめて作られたぶどうを出しています。竹原市は雨が少なく、ぶどうの栽培に適していることから100年以上前からぶどうがつけられるようになりました。摘粒といって、ぶどうの粒をそろえるために、ぶどうの粒を落とす作業がとても大変なのだそうです。感謝の心でいただきます。

竹原のぶどうを味わってください。



- * 広島県の料理: 呉の海軍さんの肉じゃが
- * 各地の料理: 野沢菜そぼろ(長野県)
- * 世界の料理: 麻婆豆腐(中国)
- * 竹ちゃん給食: 鶏肉のぶどうジュースソースかけ
- * ひろしま給食: ひろしまあげあげちくわ
- * 20日: 食育の日 献立

3色レンジャー



* 物資等の都合で献立や食材が変更することがありますので、ご了承ください。