

日付		献立				食品群			栄養量				
日	曜	スプーン	主食	牛乳	おかず	汁物	血や肉を作る	力や体温となる	身体の調子を整える	小エネルギー	小蛋白質	中エネルギー	中蛋白質
2	金	○	ごはん		《☆なめがわまちやさいのきゅうしょく》 やさしいため チキンカツ（ソース）	なめがわまち やさいの みそしる	牛乳 豚肉 豆腐 油揚げ 味噌 チキンカツ	白飯 さつまいも 油	長葱 人参 小松菜 青ピーマン もやし キャベツ	652	25.3	834	30.9
5	月		わかめごはん		ごまあえ （かおりごまドレッシング） とりにくのてりやき	かぼちゃの とうにゅう みそしる	牛乳 豆腐 豆乳 油揚げ 味噌 照り焼きチキン	わかめごはん ごま ドレッシング	南瓜 小松菜 人参 玉葱 もやし	619	25.2	797	31.2
6	火	○	小：クロワッサン 中：ツイストパン		スパゲティナポリタン フルーツポンチ 小・やきウインナー 中・チーズオムレツ		牛乳 ベーコン バルメザンチーズ ウインナー チーズオムレツ	クロワッサン 油 ツイストパン きび砂糖 スパゲティ ダイスマかんゼリー	玉葱 人参 青ピーマン パイン缶 みかん缶 ミックスドフルーツ （黄桃・洋梨・りんご・白桃）	561	20.3	768	27.4
7	水		ホットちゅうかめん		パオズ れいとうみかん	スタミナ ラーメン	牛乳 豚肉 蒲鉾 パオズ	ホット中華麺 油 きび砂糖 ごま油	にんにく 生姜 いら キャベツ もやし 長葱 人参 チンゲン菜 みかん	699	28.3	784	31.5
8	木		ごはん		とんどのぐ	こんさいの ごまじる	牛乳 豚肉 豆腐 味噌	白飯 じゃが芋 ごま 油 白滝 砂糖	人参 ごぼう 大根 長葱 小松菜 生姜 玉葱	613	23.1	789	28.6
9	金	○	小・ごはん 中・むぎごはん		《☆じゅうごやこんだて》 ゴーヤサラダ （かんこくナムルドレッシング） おつきみだいふく	なつやさいの カレー	牛乳 豚肉 脱脂粉乳 シュレッドチーズ	白飯 麦ご飯 油 きび砂糖 ドレッシング お月見大福	南瓜 茄子 玉葱 人参 ズッキーニ 青ピーマン 赤ピーマン にんにく 生姜 胡瓜 コーン キャベツ にがうり	707	19.7	923	24.7
12	月	○	ごはん		しおマーボー豆腐 かぼちゃコロケ		牛乳 豚肉 豆腐 南瓜ひき肉コロケ	白飯 油 ごま油 澱粉	人参 玉葱 長葱 にんにく 生姜 筍 干し椎茸 いら	675	22.1	863	27.1
13	火		ごはん		ちゅうかふうにくじゃが さんまのかばやき	こまつなの みそしる	牛乳 豚肉 豆腐 油揚げ 味噌 さんま開き澱粉付き	白飯 油 じゃが芋 ごま油 きび砂糖 澱粉 砂糖	キャベツ 小松菜 人参 玉葱 長葱 生姜	730	26.6	895	31.2
14	水		じごなうどん		ささかまのいそべあげ アップルシャーベット	なすのかけじる	牛乳 豚肉 笹かま 青のり 油揚げ	地粉うどん ごま油 小麦粉 ごま油 アップルシャーベット	人参 大根 茄子 長葱 小松菜	674	25.5	781	29.9
15	木		ごはん		きりぼしだいこんのそぼろどん 中・はらじゆくドッグ（チーズ）	とんじる	牛乳 豚肉 鶏肉 豆腐 味噌	白飯 じゃが芋 蒟蒻 油 砂糖 澱粉 原宿ドッグ（チーズ）	長葱 大根 人参 ごぼう 玉葱 切干大根	611	25.0	909	34.1
16	金	○	ごはん		とりごぼうピラフのぐ さけフライ（ソース）	ジュリエンス スープ	牛乳 鶏肉 ベーコン 卵そぼろ 鮭フライ	白飯 バター 油	玉葱 キャベツ 人参 パセリ コーン ごぼう 枝豆	689	26.7	838	30.9
20	火	○	小・こどもパン 中・コッペパン		スラッピーショー 中・焼きウインナー	マカロニスープ	コーヒ牛乳 豚肉 豚レバーチップ 鶏肉 ウインナー	こどもパン マカロニ コッペパン じゃが芋 油 パン粉 きび砂糖 にんにく	人参 玉葱 もやし コーン キャベツ にんにく	596	23.5	795	33.9
21	水		ホットちゅうかめん		ナムル （かんこくナムルドレッシング） にくまん	キムチみそ ラーメン	牛乳 豚肉 味噌 肉まん	ホット中華麺 ごま きび砂糖 ごま油 ドレッシング	生姜 にんにく 玉葱 キャベツ もやし 長葱 いら 人参 コーン 胡瓜 小松菜 キムチ漬け	684	27.3	796	32.1
22	木	○	ごはん		こぎつねごはんのぐ いわしのしょうがに のりふりかけ	とうふの すましじる	牛乳 豚肉 豆腐 卵そぼろ 蒲鉾 油揚げ いわし生姜煮 のりふりかけ	白飯 砂糖	大根 長葱 人参 小松菜 蓮根 枝豆	658	28.7	820	33.7
26	月	○	小・黒パン 中・こどもパン		カラフルサラダ （ぐたくさんたまねぎドレッシング） 中・ハムカツ	あきの シチュー	牛乳 生クリーム 鶏肉 脱脂粉乳 シュレッドチーズ ハムカツ	黒パン こどもパン さつまいも 油 ドレッシング	人参 玉葱 コーン ぶなしめじ パセリ キャベツ 胡瓜 赤ピーマン	651	25.9	883	38.5
27	火	○	ごはん		ちゅうかどん ししゃもフリッター 中・てつりウエハース		牛乳 豚肉 むきえび いか うすら卵 子持ちししゃもフリッター	白飯 油 きび砂糖 澱粉 ごま油 鉄入りウエハース	にんにく 生姜 筍 人参 玉葱 もやし キャベツ	611	24.1	869	31.5
28	水		じごなうどん		さくさくサラダ （こうみしおドレッシング） だいがくいも	いなかじる うどん	牛乳 豚肉 昆布 油揚げ	地粉うどん さつまいも 油 きび砂糖 砂糖 水あめ ごま ドレッシング	人参 大根 長葱 小松菜 キャベツ 胡瓜 蓮根 枝豆	711	25.0		
29	木		ごはん		いとこんにやくのもの とうふハンバーグきのこあん	さといもの みそしる	牛乳 豚肉 豆腐 油揚げ 味噌 豆腐ハンバーグ	白飯 里芋 蒟蒻 砂糖 ごま油 澱粉 きび砂糖	小松菜 人参 長葱 玉葱 青ピーマン 生姜 ぶなしめじ えのきたけ	633	24.6		
30	金	○	むぎごはん		ごぼうサラダ （サウザンアイランドドレッシング）	ハヤシライス	牛乳 豚肉 脱脂粉乳	麦ご飯 油 ドレッシング	玉葱 人参 セロリー マッシュルーム水煮 カットトマト にんにく ごぼう 胡瓜 キャベツ	672	21.2	910	27.9
小学・19回 中学・17回							平均栄養量			655	24.6	838	30.9
※材料入荷の都合により献立を一部変更することがあります。							栄養基準量			650	18~32	830	25~40

※中学校は、30日の『牛乳』が250mlになります。

夏休みは楽しくすごせましたか？  
『食事・勉強・運動・睡眠』の生活リズムを整え、2学期も元気に過ごしましょう！

お月見

今年の十五夜は  
9月10日（土）  
です。



9月2日 滑川町野菜の給食

滑川町の農家さん達が大事に育てた野菜を使用します。

- ・滑川町野菜のみそ汁 … 滑川町産 「ながねぎ」「さつまいも」
- ・野菜いため … 滑川町産 「ピーマン」



この他にも、滑川町の農家さん達はたくさん野菜を作っています。直売所などに並んでいますので、ぜひ食べてみてはいかがでしょうか。

