

# 学校給食の献立と材料表

使用量 (g) は中学年(3・4年生)の分量です。

\*食料調達等の都合により、献立が変更になることがあります。  
食物アレルギーキーに対応に配慮する場合は、別添付表にお知らせします。

月日	9月1日(木)	9月2日(金)	9月5日(月)	9月6日(火)	9月7日(水)	9月8日(木)	9月9日(金)行事食	9月12日(月)	9月13日(火)	9月14日(水)	9月15日(木)	
献立名	ごはん 牛乳 揚げしゅうまい クレープイリチニ トック 味噌汁のり	ごはん 牛乳 揚げしゅうまい クレープイリチニ トック 味噌汁のり	ごはん 牛乳 鶏手とじ きゅうりの酢の物 アイスクリーム	たこめし 牛乳 ミニトマト 小松菜としめじの和風サラダ みそ汁	アップルパン 牛乳 ポークチャップ キャベツの炒め物 スープ	ごはん 牛乳 塩豚しゃが アーマーモンダ みかん	ごはん 牛乳 塩豚しゃが アーマーモンダ みかん	ごはん 牛乳 牛肉のくしね煮 とろろのすまし汁 月見だんご	ごはん 牛乳 鶏手とじ きゅうりの酢の物 アイスクリーム	ごはん 牛乳 鶏手とじ きゅうりの酢の物 アイスクリーム	ハン 牛乳 ミンチボールのキャベツ煮 ブロッコリー コンソールームスープ	ごはん 牛乳 ますのこはく揚げ アーマーモンダ とろろ汁
材料名及び使用量 (g)	無洗米 80 水 105 1本赤 1 2本赤 3 鶏肉 12 たまご 4 人参 4 こんにゃく 4 しょうが 4 みそ 2 しょうゆ 2 塩 2 白砂糖 2 水 2	無洗米 80 水 105 1本赤 1 2本赤 3 鶏肉 12 たまご 4 人参 4 こんにゃく 4 しょうが 4 みそ 2 しょうゆ 2 塩 2 白砂糖 2 水 2	無洗米 80 水 105 1本赤 1 2本赤 3 鶏肉 12 たまご 4 人参 4 こんにゃく 4 しょうが 4 みそ 2 しょうゆ 2 塩 2 白砂糖 2 水 2	無洗米 80 水 105 1本赤 1 2本赤 3 鶏肉 12 たまご 4 人参 4 こんにゃく 4 しょうが 4 みそ 2 しょうゆ 2 塩 2 白砂糖 2 水 2	無洗米 80 水 105 1本赤 1 2本赤 3 鶏肉 12 たまご 4 人参 4 こんにゃく 4 しょうが 4 みそ 2 しょうゆ 2 塩 2 白砂糖 2 水 2	無洗米 80 水 105 1本赤 1 2本赤 3 鶏肉 12 たまご 4 人参 4 こんにゃく 4 しょうが 4 みそ 2 しょうゆ 2 塩 2 白砂糖 2 水 2	無洗米 80 水 105 1本赤 1 2本赤 3 鶏肉 12 たまご 4 人参 4 こんにゃく 4 しょうが 4 みそ 2 しょうゆ 2 塩 2 白砂糖 2 水 2	無洗米 80 水 105 1本赤 1 2本赤 3 鶏肉 12 たまご 4 人参 4 こんにゃく 4 しょうが 4 みそ 2 しょうゆ 2 塩 2 白砂糖 2 水 2	無洗米 80 水 105 1本赤 1 2本赤 3 鶏肉 12 たまご 4 人参 4 こんにゃく 4 しょうが 4 みそ 2 しょうゆ 2 塩 2 白砂糖 2 水 2	無洗米 80 水 105 1本赤 1 2本赤 3 鶏肉 12 たまご 4 人参 4 こんにゃく 4 しょうが 4 みそ 2 しょうゆ 2 塩 2 白砂糖 2 水 2	無洗米 80 水 105 1本赤 1 2本赤 3 鶏肉 12 たまご 4 人参 4 こんにゃく 4 しょうが 4 みそ 2 しょうゆ 2 塩 2 白砂糖 2 水 2	無洗米 80 水 105 1本赤 1 2本赤 3 鶏肉 12 たまご 4 人参 4 こんにゃく 4 しょうが 4 みそ 2 しょうゆ 2 塩 2 白砂糖 2 水 2

**学校給食費の納付期限は毎月28日です**  
 学校給食費は毎月28日に給食費請求書と、月の指定口座振替用紙から口座引落しをさせていただきます。口座の残高不足にご注意のほどをお願いいたします。

**◎教育相談**  
 幼稚園(保母所4歳)から高校生(18歳)までの教育に關する相談も受け付けています。  
 電話 6430-9989

**いしくしあ**  
 尼崎市子どもの育ち支援センター  
 尼崎市津島8-8-8 電話 6430-9989

**★子育てが不安★ ★イライラして叫びたい★**  
 ★まよの字はあきらめ、つらの子はあきらめい

学校給食費の納付期限は毎月28日です  
 学校給食費は毎月28日に給食費請求書と、月の指定口座振替用紙から口座引落しをさせていただきます。口座の残高不足にご注意のほどをお願いいたします。



**9月9日(金)  
月見行事食**

十五夜になんで、手作りの「月見だんご」を取り入れていきます。

お月見は、季節の野菜や果物、月見団子などをお供えし、美しい月を鑑賞しながら、自作の団子に感謝をこめていただきます。旧暦(旧暦)で行うため、現在では毎年約2日ほど早くなりますが、昔ながらの行事として残されてきました。

**9月6日(火) 「たこめし」**

たこめしは兵庫県で採れたお米と、兵庫県の真だこを使った給食室で炊いた、地域の特色を活かした変わりごはんです。

**豆知識**

食用とされる黒タコ、赤タコ、イダコ、手長タコなどのうち、もっとも流通量が少なく、最も高いのが真だこです。真だこは、黒いのが真だこです。真だこは、黒いのが真だこです。真だこは、黒いのが真だこです。

**☆ 食物アレルギーキー対応基本方針 ☆**

医師の診断による「学校生活管理指導表」に二重つきが応じます。お預りする食品は、**たまご、鶏肉、牛乳、小麦(生乳)入りのみか、たまご、たまご、たまご**を限度とし、**小麦**を量換算して対応いたします。

月日	9月16日(金)	9月20日(火)	9月21日(水)	9月22日(木)	9月27日(火)	9月28日(水)	9月29日(木)	9月30日(金)	
献立名	カレーライス (まごはん) 牛乳 アスパラガスのサラダ がど汁	ごはん 牛乳 餅飯 いんげんのご年あえ もずく汁	小型パン ミニトマト 牛乳 チキンカツ キャベツのサウージ	ごはん 牛乳 さわらの塩焼き チンゲン菜とわかめの炒め物 がど汁	ごはん 牛乳 塩豚しゃが アーマーモンダ みかん	ハン 牛乳 ポークチャップ コンソールームスープ	ハン 牛乳 ポークチャップ コンソールームスープ	ごはん 牛乳 ハンバーグ和風ソース にんじんしりしり なすのみそ汁 かど汁ゼリー	ごはん 牛乳 しゃがのから揚げ しゃがいのソーテー たまごスープ 味噌汁
材料名及び使用量 (g)	赤身肉 30 じゃがいも 50 にんじん 25 たまねぎ 25 人参 5 しょうが 5 みそ 5 しょうゆ 5 塩 5 白砂糖 5 水 5	無洗米 80 水 105 1本赤 1 2本赤 3 鶏肉 12 たまご 4 人参 4 こんにゃく 4 しょうが 4 みそ 2 しょうゆ 2 塩 2 白砂糖 2 水 2	無洗米 80 水 105 1本赤 1 2本赤 3 鶏肉 12 たまご 4 人参 4 こんにゃく 4 しょうが 4 みそ 2 しょうゆ 2 塩 2 白砂糖 2 水 2	無洗米 80 水 105 1本赤 1 2本赤 3 鶏肉 12 たまご 4 人参 4 こんにゃく 4 しょうが 4 みそ 2 しょうゆ 2 塩 2 白砂糖 2 水 2	無洗米 80 水 105 1本赤 1 2本赤 3 鶏肉 12 たまご 4 人参 4 こんにゃく 4 しょうが 4 みそ 2 しょうゆ 2 塩 2 白砂糖 2 水 2	無洗米 80 水 105 1本赤 1 2本赤 3 鶏肉 12 たまご 4 人参 4 こんにゃく 4 しょうが 4 みそ 2 しょうゆ 2 塩 2 白砂糖 2 水 2	無洗米 80 水 105 1本赤 1 2本赤 3 鶏肉 12 たまご 4 人参 4 こんにゃく 4 しょうが 4 みそ 2 しょうゆ 2 塩 2 白砂糖 2 水 2	無洗米 80 水 105 1本赤 1 2本赤 3 鶏肉 12 たまご 4 人参 4 こんにゃく 4 しょうが 4 みそ 2 しょうゆ 2 塩 2 白砂糖 2 水 2	無洗米 80 水 105 1本赤 1 2本赤 3 鶏肉 12 たまご 4 人参 4 こんにゃく 4 しょうが 4 みそ 2 しょうゆ 2 塩 2 白砂糖 2 水 2

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
kcal	g	g	g	g
646	26.3	21.5	2.3	2.3
	311	311	90	0.51
	229	229	0.59	0.51
	2.4	2.4	28	6.1

糖：黄色の食品・・・糖やクッキー類  
 脂：緑色の食品・・・揚げ物、油揚げ、肉類  
 たんぱく質：赤色の食品・・・肉類、魚類、大豆製品  
 炭水化物：茶色の食品・・・パン、麺類、米類  
 食塩相当量：緑色の食品・・・漬物、味噌汁、醤油類