



がっ こん だて ひょう
9月献立表



日付	曜日	こんだてめい 献立名	おもに ち・にく・ほねになるもの (あかいろ)		おもに からだのちょうしを ととのえるもの(みどりいろ)		おもに はたらくちからに なるもの(きいろ)		びょう 備考
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
1	月	ごはん 牛乳 レトルトカレー フランクフルト きりぼしだいこんサラダ	ぶたにく とりにく	牛乳	にんじん みずな	たまねぎ きりぼしだいこん きゅうり	ごはん じゃがいも さとう		ぼうさい こんだて 防災の献立
2	火	ごはん 牛乳 ちくわのいそべあげ とうがんとあつあげのにも しそあえ	ちくわ とりにく あつあげ	牛乳 あおのり	にんじん しそ チンゲンサイ	とうがん だいこん しめじ しょうが キャベツ	ごはん こむぎこ さとう でんぷん	あぶら	
3	水	ごはん 牛乳 ビビンバ(にくいため) ビビンバ(ナムル) ワンタンスープ パイナップルコンポート	ぶたにく みそ とりにく	牛乳	ほうれんそう にんじん もやし	にんにく しょうが とうもろこし たけのこ たまねぎ ねぎ パイナップル	ごはん さとう さとう ワンタンのかわ(こむぎこ) さとう	あぶら ごまあぶら	
4	木	サンドイッチバンズパン 牛乳 てりやきハンバーグ ポークビーンズ ボイルキャベツ	とりにく ぶたにく だいず	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ にんにく たまねぎ キャベツ	サンドイッチバンズパン さとう でんぷん じゃがいも さとう でんぷん	あぶら	
5	金	ごはん 牛乳 しろみざかなのあげてり きんぴらごぼう とりだんごじる	たら ぶたにく チキンボール(とりにく)	牛乳	さやいんげん にんじん みつば	ごぼう たまねぎ もやし チキンボール(たまねぎ)	ごはん さとう さとう チキンボール(こむぎこ)	あぶら ごまあぶら	ふくいけん 「福井県」
8	月	ソースカツどん(ごはん) 牛乳 こんぶあえ ごじる	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ だいず	牛乳 こんぶ	チンゲンサイ こまつな にんじん	もやし だいこん	ごはん こむぎこ さとう さといも	あぶら	
9	火	ごはん 牛乳 ぎょうざ はっぼうさい パンサンスー ピーチゼリー	ぶたにく とりにく ぶたにく えび いか	牛乳	にら にんじん	キャベツ たまねぎ キャベツ たまねぎ たけのこ きゅうり とうもろこし もも	ごはん こむぎこ でんぷん はるさめ さとう さとう	あぶら	ぜんこくきょうとりようり ひ 全国郷土料理の 日 「福井県」
10	水	ごはん 牛乳 さばのカレーやき こうやとうふのもの いんげんのごまあえ	さば こうやとうふ とりにく はんぺん	牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ グリンピース もやし	ごはん じゃがいも さとう さとう	ごま	
11	木	しょうゆラーメン(ちゅうかめん) 牛乳 ささみおおばばにくフライ きゅうりのかおりつけ	ぶたにく なんと とりにく	牛乳	にんじん あおじそ	キャベツ たけのこ ねぎ うめ きゅうり	ちゅうかめん でんぷん こむぎこ さとう ごまあぶら		EAT MORE ARCH PRODUCE いいともあいち
12	金	ごはん 牛乳 ぶたにくのしょうがいため ほうれんそうのマヨあえ ぐだくさんじる	ぶたにく とりにく	牛乳	ほうれんそう にんじん チンゲンサイ	たまねぎ しょうが にんにく たまねぎ とうもろこし だいこん ごぼう しめじ	ごはん さとう あぶら ノンエッグマヨネーズ		
16	火	わかめごはん 牛乳 だいずとさつまいものあまからあげ わふうマカロニサラダ ざわにわん	だいず かつおぶし ぶたにく	牛乳 わかめ		きゅうり えだまめ たまねぎ こんにゃく えのきたけ	ごはん さつまいも でんぷん さとう マカロニ さとう	あぶら あぶら	がっ 9月の あい ち やさい 愛知の野菜 「みつば」「なす」
17	水	ごはん 牛乳 いかフライのレモンソース みつばのあえもの ふのすましじる	いか とりにく とうふ かまぼこ	牛乳	みつば にんじん	レモン だいこん たまねぎ ねぎ	ごはん さとう こむぎこ でんぷん さとう ふ	あぶら	
18	木	ナン 牛乳 キーマカレー ダンドリーチキン カチュンバル	ぶたにく みそ とりにく とうにゅう ツナ ひよこまめ	牛乳	にんじん	しょうが にんにく たまねぎ なす にんにく しょうが きゅうり とうもろこし レモン	ナン じゃがいも さとう カレーうどん(こむぎこ)	あぶら	毎月19日は 食育の日
19	金	ひじきごはん 牛乳 レバーいりしごまつくね たまねぎのみそしる てつぶんきょうかヨーグルト	とりにく あぶらあげ とりにく とりレバー みそ	牛乳 ひじき ヨーグルト	にんじん こまつな	えだまめ たまねぎ だいこん たまねぎ えのきたけ ブルーベリー	ごはん さとう こむぎこ さとう ごま		
22	月	ごはん 牛乳 いわしのうめに にくじゃが いそかあえ	いわし ぶたにく のり	牛乳	にんじん チンゲンサイ	うめ たまねぎ こんにゃく グリンピース キャベツ	ごはん じゃがいも さとう さとう	あぶら	しょうくく ひ 食育の日 てつぶんきょうかこんだて 「鉄分強化献立」
24	水	ごはん 牛乳 こめこのチキンカツ ごぼうサラダ いもこんじる	とりにく かまぼこ	牛乳		ごぼう きゅうり とうもろこし たまねぎ こんにゃく ねぎ しいたけ	ごはん こめこ さといも	あぶら ごまドレッシング	
25	木	ごはん 牛乳 ざわらのたつたあげ はくさいとハムのあえもの とうふのすましじる	ざわら ハム(ぶたにく) とうふ	牛乳	ほうれんそう にんじん こまつな	しょうが にんにく はくさい しめじ	ごはん でんぷん さとう	あぶら	かみかみのひ 「ナタデココ」
26	金	ミートソース(ソフトめん) 牛乳 オムレツ ナタデココいりフルーツあえ	ぶたにく ぶたレバー だいず たまご ゼリー(とうにゅう)	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ パ 伊ッブル もも りんご レモン ナタデココ ゼリー(りんご ぶどう もも)	ソフトめん さとう でんぷん さとう ゼリー(さとう)		
29	月	ツナどん(ごはん) 牛乳 もやしとみずなのあえもの かぼちゃとなすのみそしる こめこドッグ	ツナ みそ たまご とうにゅう	牛乳	パセリ みずな かぼちゃ にんじん	たまねぎ しょうが もやし なす ねぎ	ごはん さとう さとう じゃがいも こめこ さとう		食育の日
30	火	ごはん 牛乳 ざといもゴロッケ たくあんあえ トマトとたまごのふんわりじる	とりにく ハム(ぶたにく) たまご	牛乳	にんじん トマト みつば	たくあんづけ(だいこん) キャベツ とうもろこし えのきたけ たまねぎ	ごはん さといも こむぎこ たくあんづけ(さとう) でんぷん	あぶら	

まいつき にち しょうくく ひ
毎月19日は食育の日 “お家でごはんの日”



※物資購入の都合により、献立及び食材を変更することがあります。
※保護者負担額の軽減として市負担額を1食あたり10円と、令和7年度は食材等の高騰を受け国の臨時
交付金1食あたり20円にて対応しています。保護者負担額は変更なく、小学校280円、中学校310円です。