



# 徳島市小学校給食予定献立表



平成30年 9月分

徳島市教育委員会

| 日  | 曜 | 献立内容                      |   | 材 料 名 (食 品 名)                                       |  |   |
|----|---|---------------------------|---|---|--|---|
|    |   |                           |   | 赤 血や肉や骨に<br>なるもの                                    | 緑 体の調子を<br>整えるもの                               | 黄 働く力や熱に<br>なるもの                          |
| 3  | 月 | ごはん                       | 牛乳<br>野菜いため<br>かにの卵巻き                     | 牛乳 豚肉 いか<br>かにの卵巻き                                  | しょうが キャベツ たまねぎ<br>にんじん いんげん<br>ヤングコーン          | 精白米 強化米<br>油 ごま油                          |
| 4  | 火 | (ごはん)                     | 牛乳<br>カレーライス<br>フルーツカクテル<br>福神漬           | 牛乳 豚肉<br>脱脂粉乳                                       | たまねぎ にんじん グリンピース<br>にんにく みかん パイン<br>黄桃 福神漬     | 精白米 強化米<br>じゃがいも カレールウ<br>油 三色ゼリー         |
| 5  | 水 | ごはん                       | 牛乳<br>ちくわのいそべ揚げ<br>みそ汁                    | 牛乳 ちくわ 青のり粉<br>卵 とうふ 油揚げ<br>赤みそ 白みそ                 | かぼちゃ たまねぎ<br>にんじん ねぎ                           | 精白米 強化米<br>でんぶん 小麦粉<br>油                  |
| 6  | 木 | ごはん                       | 牛乳<br>じゃがいもと厚揚げのそぼろ煮<br>ごまあえ<br>パワフルチーズ   | 牛乳 牛肉 豚肉<br>厚揚げ ちくわ<br>チーズ                          | しょうが にんじん たまねぎ<br>グリンピース キャベツ                  | 精白米 強化米<br>じゃがいも 油<br>白ごま さとう             |
| 7  | 金 | 米粉入りパン<br>すだちジャム          | 牛乳<br>マカロニのクリーム煮<br>ひじきサラダ<br>青じそドレッシング   | 牛乳 とり肉<br>えび ひじき                                    | たまねぎ にんじん マッシュルーム<br>グリンピース キャベツ 小松菜           | パン すだちジャム マカロニ<br>油 コーンポタージュの素<br>ベシマルソース |
| 10 | 月 | 米粉入り<br>全粒粉パン<br>チョコレートパテ | 牛乳<br>ホキフライ<br>ホイルクッキー ウスターソース<br>コンソメスープ | 牛乳 ホキフライ<br>ベーコン とうふ<br>卵 わかめ                       | キャベツ にんじん<br>とうもろこし                            | パン 全粒粉<br>チョコレートパテ 油                      |
| 11 | 火 | (ごはん)                     | 牛乳<br>キムチ丼<br>揚げぎょうざ                      | 牛乳 豚肉<br>ぎょうざ                                       | キムチ しょうが もやし<br>はくさい いら たまねぎ<br>にんじん にんにく      | 精白米 強化米<br>油 さとう<br>ごま油 白ごま               |
| 12 | 水 | ごはん                       | 牛乳<br>高野豆腐の卵とじ<br>すだち酢あえ                  | 牛乳 高野豆腐<br>とり肉 かまぼこ 卵                               | たまねぎ にんじん えだまめ<br>キャベツ 小松菜 すだち酢                | 精白米 強化米<br>さとう                            |
| 13 | 木 | ごはん                       | 牛乳<br>肉じゃが<br>きゅうりのかおりづけ<br>ヨーグルト         | 牛乳 豚肉<br>ちくわ ヨーグルト                                  | にんじん たまねぎ<br>こんにやく さやいんげん<br>きゅうり              | 精白米 強化米<br>じゃがいも 油<br>さとう ごま油             |
| 14 | 金 | 米粉入り<br>黒糖パン              | 牛乳<br>こはくあげのケチャップあえ<br>冷凍みかん              | 牛乳 とり肉  | しょうが にんじん たまねぎ<br>グリンピース みかん                   | パン 黒砂糖<br>でんぶん フンチホト<br>油 さとう             |
| 18 | 火 | ごはん                       | 牛乳<br>厚焼き卵 梅あえ<br>ひじきのいため煮                | 牛乳 厚焼き卵<br>とり肉 ひじき<br>がんもどき 大豆                      | キャベツ 梅 こんにやく<br>にんじん さやいんげん                    | 精白米 強化米<br>油 さとう                          |
| 19 | 水 | (ごはん)                     | 牛乳<br>セルフのり巻き<br>徳島たっぷりみそ汁<br>小魚ミックス      | 牛乳 卵 ウィナー 手巻きのり<br>とうふ 油揚げ わかめ<br>赤みそ 白みそ 小魚(エビを含む) | たくあん きゅうり<br>にんじん しいたけ ねぎ                      | 精白米 強化米<br>マヨネーズ<br>さつまいも ナッツ             |
| 20 | 木 | ごはん                       | 牛乳<br>小さいわしの天ぷら<br>塩昆布あえ<br>豚肉とごぼうのいため煮   | 牛乳 小さいわしの天ぷら<br>塩昆布 豚肉<br>さつまあげ                     | だいこん ごぼう こんにやく<br>にんじん さやいんげん                  | 精白米 強化米 油<br>さとう 白ごま                      |
| 21 | 金 | (米粉入り<br>食パン)             | 牛乳<br>セルフハンバーグサンド<br>ポテトスープ 月見ゼリー         | 牛乳 ハンバーグ<br>とり肉                                     | キャベツ たまねぎ<br>にんじん ねぎ                           | 食パン さとう<br>じゃがいも 月見ゼリー                    |
| 25 | 火 | ごはん                       | 牛乳<br>さんまの塩焼き すだち<br>切り干し大根のいため煮          | 牛乳 さんまの塩焼き<br>とり肉 さつまあげ                             | すだち 切干大根<br>干しいたけ にんじん<br>グリンピース               | 精白米 強化米<br>さとう 油                          |
| 26 | 水 | ごはん                       | 牛乳<br>八宝菜<br>しゅうまい                        | 牛乳 豚肉 えび<br>いか うずら卵<br>しゅうまい                        | しょうが にんじん たまねぎ<br>はくさい たけのこ<br>チンゲンサイ にんにく     | 精白米 強化米<br>油 ごま油 でんぶん<br>さとう              |
| 27 | 木 | (ごはん)                     | 牛乳<br>ドライカレー<br>ごぼうサラダ<br>ごまドレッシング        | 牛乳 豚肉   | にんにく しょうが たまねぎ<br>にんじん ピーマン ごぼう<br>きゅうり とうもろこし | 精白米 強化米<br>油 カレールウ<br>ごまドレッシング            |
| 28 | 金 | 米粉入り小型<br>スイートバターパン       | 牛乳<br>焼きそば<br>枝豆の豆腐ミンチカツ                  | 牛乳 豚肉 いか さつまあげ<br>花かつお 青のり粉<br>枝豆の豆腐ミンチカツ           | にんじん たまねぎ キャベツ                                 | パン さとう バター<br>生クリーム 中華そば<br>油             |

は、食育の日の献立です。徳島たっぷりみそ汁には、さつまいも、しいたけ、わかめ、ねぎなど、徳島県産の食材を使っています。

※パンについては、業務用のパンです。