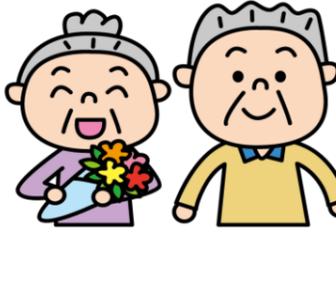


令和7年度9月分 小学校給食こんだて表

岸和田市教育委員会

月	火	水	木	金
1 ● ぎゅうにゅう ごはん コメ ● わかめのつくだに ツナとやさいのいためもの ● まぐろあぶらづけ しお ▲ キャベツ こしょう ▲ ホールコーン しょうゆ ■ サラダあぶら ぶたじる ● ぶたにく ▲ あおねぎ ● あぶらあげ ▲ こんにやく ▲ にんじん ● あかみそ ▲ たまねぎ ● にぼし ■ ジャがいも	2 ● ぎゅうにゅう ごはん コメ ガパオライスのぐ ● とりにく ▲ サラダあぶら ▲ つちしょうが ▲ バジル ▲ にんにく ▲ かたくりこ ▲ たまねぎ しお・こしょう ▲ にんじん しょうゆ・みりん ▲ ピーマン トウバンジャン たまごスープ ● やきぶた ▲ とりがら ▲ にんじん ▲ あおねぎ ▲ たまねぎ ▲ つちしょうが ▲ えのきたけ ▲ かたくりこ ● たまご ▲ うすくちしょうゆ ▲ チンゲンサイ しお・こしょう	3 ● ぎゅうにゅう コッパン チキンナゲット ● チキンナゲット ▲ あぶら キャベツぞえ ▲ キャベツ こしょう しお たまねぎスープ ▲ たまねぎ ▲ とりがら ● ベーコン ▲ セロリ ▲ にんじん ▲ ローリエ ▲ ジャがいも ▲ うすくちしょうゆ ▲ パセリ ▲ しお ▲ サラダあぶら ▲ こしょう	4 ● ぎゅうにゅう コッパン ジャーマンポテト ● ベーコン ▲ サラダあぶら ▲ たまねぎ ▲ うすくちしょうゆ ▲ にんじん ▲ しお ▲ ジャがいも ▲ こしょう ▲ パセリ ミネストローネ ● ぎゅうにく ▲ とりがら ▲ にんじん ▲ セロリ ▲ たまねぎ ▲ ローリエ ▲ キャベツ ▲ うすくちしょうゆ ▲ トマト(みずに) ▲ しお ▲ こめこマカロニ(ほし) ▲ こしょう ▲ オリーブオイル	5 ● ぎゅうにゅう ごはん コメ ぶたにくとやさいのみそいため ● ぶたにく ▲ サラダあぶら ▲ たまねぎ ● あかみそ ▲ にんじん ▲ さとう ▲ キャベツ しょうゆ ▲ こんにやく とうふのすましじる ● とうふ ▲ けずりぶし ▲ にんじん ▲ だしこんぶ ▲ たまねぎ ▲ うすくちしょうゆ ▲ えのきたけ ▲ みりん ● わかめ ▲ しお ▲ あおねぎ
8 ● ぎゅうにゅう ごはん コメ ● あじつけのり にくじゃが ● ぎゅうにく ▲ サラダあぶら ▲ たまねぎ ▲ さとう ▲ にんじん ▲ けずりぶし ▲ ジャがいも ▲ みりん ▲ いとこんにやく ▲ しょうゆ ごまじゃこサラダ ● ほしちりめん ▲ にんじん ▲ キャベツ ▲ しるごま ▲ きゅうり ▲ ごまあぶら ● ごまドレッシング	9 ● ぎゅうにゅう ごはん コメ チンジャオロースー ● ぶたにく ▲ サラダあぶら ▲ にんにく ▲ さとう ▲ つちしょうが ▲ かたくりこ ▲ たまねぎ ▲ しょうゆ ▲ にんじん ▲ りょうりしゆ ▲ たけのこ ▲ しお ▲ ピーマン ▲ オイスターソース ビーフンスープ ● とりにく ▲ とりがら ▲ にんじん ▲ あおねぎ ▲ たまねぎ ▲ つちしょうが ▲ チンゲンサイ ▲ うすくちしょうゆ ▲ えのきたけ ▲ しお ▲ ビーフ ▲ こしょう	10 ● ぎゅうにゅう オリーブパン カレーソース ● ぎゅうにく ▲ サラダあぶら ▲ つちしょうが ▲ チキンブイオン ▲ にんにく ▲ カレーこ ▲ たまねぎ ▲ しょうゆ ▲ にんじん ▲ ウスターソース ▲ ピーマン ▲ ケチャップ ▲ レンズまめ ▲ しお ▲ にゅう・こむぎなしカレールウ レタススープ ● ベーコン ▲ とりがら ▲ にんじん ▲ セロリ ▲ たまねぎ ▲ ローリエ ▲ えのきたけ ▲ うすくちしょうゆ ▲ レタス ▲ しお・こしょう	11 ● ぎゅうにゅう コッパン ▲ いちごジャム ホキのポテトごろもフライ ● ホキのポテトごろもフライ ▲ あぶら やさいのようふうに ● フランクフルトソーセージ ▲ とりがら ▲ にんじん ▲ セロリ ▲ たまねぎ ▲ ローリエ ▲ ジャがいも ▲ うすくちしょうゆ ▲ キャベツ ▲ しお ▲ パセリ ▲ こしょう	12 ● ぎゅうにゅう ごはん コメ ぶたどんのぐ ● ぶたにく ▲ サラダあぶら ▲ つちしょうが ▲ さとう ▲ たまねぎ ▲ みりん ▲ ぶなしめじ ▲ しょうゆ ▲ あおねぎ とうがんのみそじる ▲ にんじん ● あかみそ ▲ たまねぎ ▲ しるみそ ▲ とうがん(またはかもうり) ▲ けずりぶし ▲ あおねぎ
15 けいろう ひ 敬老の日 	16 ● ぎゅうにゅう シシジュシー コメ しょうゆ ● やきぶた ▲ うすくちしょうゆ ▲ にんじん ▲ りょうりしゆ ● こんぶ ▲ しお ツナとにんじんしりしりのサラダ ● まぐろあぶらづけ ▲ キャベツ ▲ にんじん ▲ たまねぎドレッシング もずくスープ ● とりにく ▲ とりがら ▲ たまねぎ ▲ あおねぎ ▲ えのきたけ ▲ つちしょうが ▲ チンゲンサイ ▲ うすくちしょうゆ ● もずく ▲ しお・こしょう ▲ パイナップルゼリー	17 ● ぎゅうにゅう こくとうパン ぶたキムチどうふ ● ぶたにく ▲ さとう ▲ つちしょうが ▲ かたくりこ ▲ にんじん ▲ チキンブイオン ▲ キャベツ ▲ りょうりしゆ ▲ ぶなしめじ ▲ しお ▲ チンゲンサイ ▲ こしょう ▲ にら ▲ しょうゆ ● とうふ ▲ キムチのもと ▲ サラダあぶら ししゃものからあげ ● ししゃも(こなつき) ▲ あぶら	18 ● ぎゅうにゅう コッパン チキントマトシチュー ● とりにく ▲ サラダあぶら ▲ にんにく ▲ さとう ▲ たまねぎ ▲ チキンブイオン ▲ にんじん ▲ ケチャップ ▲ ジャがいも ▲ しょうゆ・こしょう ▲ トマト(みずに) ▲ のうこうソース ▲ にゅう・こむぎなしブラウンルウ フルーツミックス ▲ おうとう(かんづめ) ▲ ダイゼリー(みかん)	19 ● ぎゅうにゅう ごはん コメ ▲ きゅうりのしばづけ とりにくとじゃがいものてりに ● とりにく ▲ あおねぎ ▲ つちしょうが ▲ サラダあぶら ▲ たまねぎ ▲ さとう ▲ トマト ▲ かたくりこ ▲ ジャがいも ▲ みりん・しょうゆ ゆばとうおそうめんのすましじる ● うおそうめん ▲ けずりぶし ▲ にんじん ▲ だしこんぶ ▲ たまねぎ ▲ うすくちしょうゆ ▲ こまつな ▲ みりん ● ゆば ▲ しお
22 ● ぎゅうにゅう ごはん コメ ● ごまふりかけ さけのしおやき ● しおトラウトサーモン なめこのみそじる ● とりにく ▲ あおねぎ ▲ にんじん ● あかみそ ▲ たまねぎ ● しるみそ ▲ キャベツ ▲ けずりぶし ▲ なめこ	23 しゅうぶん ひ 秋分の日 	24 ● ぎゅうにゅう コッパン メープルシロップ ポテトのトマトソースに ● ぶたにく ▲ ジャがいも ▲ にんにく ▲ サラダあぶら ▲ たまねぎ ▲ さとう ▲ にんじん ▲ チキンブイオン ▲ ピーマン ▲ ケチャップ ▲ マッシュルーム ▲ ウスターソース ▲ トマト(みずに) ▲ しお・こしょう コンソメスープ ● とりにく ▲ とりがら ▲ にんじん ▲ セロリ ▲ たまねぎ ▲ ローリエ ▲ キャベツ ▲ うすくちしょうゆ ▲ パセリ ▲ しお・こしょう	25 ● ぎゅうにゅう コッパン きこのグラタンふう ● とりにく ▲ サラダあぶら ▲ たまねぎ ▲ バター ▲ にんじん ▲ こむぎこ ▲ ジャがいも ▲ ぎゅうにゅう ▲ ぶなしめじ ● こなチーズ ▲ エリンギ ▲ パセリ ▲ マッシュルーム ▲ チキンブイオン ▲ マカロニ ▲ しお ▲ サラダあぶら ▲ こしょう ソーセージとキャベツのソテー ● フランクフルトソーセージ ▲ しお ▲ キャベツ ▲ こしょう ▲ サラダあぶら	26 ● ぎゅうにゅう ごはん コメ ちゅうかどんのぐ ● ぶたにく ▲ サラダあぶら ▲ つちしょうが ▲ かたくりこ ▲ たけのこ ▲ チキンブイオン ▲ にんじん ▲ りょうりしゆ ▲ たまねぎ ▲ しょうゆ ▲ ほししいたけ ▲ うすくちしょうゆ ▲ キャベツ ▲ しお ▲ チンゲンサイ ▲ こしょう スパイシーまめ ● だいず ▲ こしょう ▲ かたくりこ ▲ カレーこ ▲ あぶら ▲ チリパウダー ▲ しお
29 ● ぎゅうにゅう とりめし コメ しょうゆ ▲ ごぼう ▲ みりん ● とりにく ▲ りょうりしゆ ▲ さとう さけとキャベツのしおこうじゃき ● さけ ▲ サラダあぶら ▲ つちしょうが ▲ かたくりこ ▲ キャベツ ▲ しおこうじ ▲ にんじん ▲ しょうゆ みそじる ▲ にんじん ▲ あおねぎ ▲ たまねぎ ● あかみそ ▲ ジャがいも ● しるみそ ▲ ふともやし ▲ けずりぶし	30 ● ぎゅうにゅう ごはん コメ マーボーなす ● ぶたにく ● あかみそ ▲ つちしょうが ▲ かたくりこ ▲ にんにく ▲ チキンブイオン ▲ にんじん ▲ テンメンジャン ▲ なす ▲ トウバンジャン ▲ あおねぎ ▲ りょうりしゆ ▲ サラダあぶら ▲ しょうゆ・しお はるさめスープ ● とりにく ▲ とりがら ▲ にんじん ▲ あおねぎ ▲ たまねぎ ▲ つちしょうが ▲ チンゲンサイ ▲ うすくちしょうゆ ▲ はるさめ ▲ しお・こしょう	※やむをえない事情により内容を変更する場合があります。ご了承ください。 <div style="border: 2px dashed blue; padding: 10px;"> <p>ほねまで食べられる ししゃも</p>  <p>ししゃもは、おおがひものうとして売られています。ほねまで丸ごと食べられるので、カルシウムのよい補給源になり、成長期に食べてほしい食品です。一般に出回っているのは、からふとししゃもという種類です。</p> <p>【17日 ししゃものからあげ】</p> </div> <p>イラスト出典元:『家庭とつながる!新食育ブック③』少年写真新聞社刊 等</p> <p>●..き(ちからやねつになる) ●..あか(からだのにくや、ち、ほねになる) ▲..みどり(からだのちようしをととのえる)</p> <p>★「アレルギー情報」はこちら 検索</p>		