



9月 学校給食 献立予定表

令和7年度 南アルプス市立北部学校給食センター

日・曜日	献立名	牛乳	赤のなかま 血や肉になる	緑のなかま 体の調子を整える	黄のなかま 熱や力のもとになる
2 (火)	中華丼		ぶたにく なると いか ★えび	たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ はくさい グリンピース	こめ むぎ きょうかまい こめあぶら かたくりこ ごまあぶら
	はるさめサラダ	○		きゅうり きくらげ にんじん	はるさめ ごまあぶら さとう ごま
	ベビーバイン			バインアップル	
3 (水)	麦ごはん				こめ むぎ きょうかまい
	揚げ豆腐の肉みそがけ	○	★あげだしとうふ ぶたにく みそ	しょうが たまねぎ	かたくりこ こめあぶら さとう ごまあぶら
	青じそ和え		まぐろあぶらづけ	キャベツ きゅうり にんじん もやし えだまめ	さとう アレルギーようあおじそドレッシング
	おろし汁		かつおぶし いとかまぼこ	にんじん えのきだけ はくさい だいこん ねぎ	
4 (木)	ミルクパン				★ミルクパン
	銀鮭のバジル焼き		ぎんざけ	にんにく しょうが バジル	
	フレンチサラダ	○	アレルギーようロースハム	キャベツ きゅうり アスパラガス にんじん	アレルギーようフレンチドレッシング
	コーンポタージュ		★ぎゅうにゅう ★なまクリーム	たまねぎ とうもろこし パセリ	アレルギーようマーガリン ★コーンポタージュルウ
	青りんごゼリー				あおりんごゼリー
5 (金)	みそラーメン		ぶたにく みそ ★みそラーメンスープのもと わかめ	しょうが にんにく たまねぎ とうもろこし にんじん もやし にら ねぎ	★むしちゅうかめん こめあぶら ごまあぶら
	揚げタコ焼き	○	★タコやき		こめあぶら
	野菜のさっぱり和え			キャベツ きゅうり とうもろこし こまつな にんじん ブロッコリー	かんきつドレッシング
	いちごのシュークリーム				★いちごシュークリーム
8 (月)	麦ごはん				こめ むぎ きょうかまい
	ぶた肉のしょうが焼き	○	ぶたにく	しょうが	さとう
	キャベツの塩昆布あえ		しおこんぶ	キャベツ もやし きゅうり にんじん とうもろこし	さとう ごまあぶら
	じゃがいものみそ汁		にぼし とうふ みそ わかめ	たまねぎ	じゃがいも
9 (火)	黒パン				★くろパン
	マーマレードチキン		とりにく	にんにく	マーマレード
	マカロニサラダ	○	アレルギーようロースハム	にんじん きゅうり ほうれんそう とうもろこし	★マカロニ ノンエッグマヨネーズ さとう
	玉ねぎのスープ		アレルギーようウインナー	たまねぎ にんじん えのきだけ キャベツ パセリ	アレルギーようマーガリン
	ぶどうゼリー				ぶどうゼリー
10 (水)	チキンライス		とりにく ★こなチーズ	にんにく たまねぎ グリンピース	こめ むぎ きょうかまい アレルギーようマーガリン ★デミグラスソース
	チーズオムレツ	○	★チーズオムレツ		
	かぶとツナのサラダ		まぐろあぶらづけ	かぶ きゅうり キャベツ	こめあぶら さとう
	ジュリエンスープ		いとかまぼこ	たまねぎ にんじん はくさい えのきだけ	
11 (木)	そぼろコーン丼		とりにく	しょうが にんにく たまねぎ にんじん とうもろこし グリンピース	こめ むぎ きょうかまい こめあぶら さとう
	もずくスープ	○	なると とうふ もずく	えのきだけ しょうが ねぎ	
	アセロラゼリーのヨーグルト和え		★ヨーグルト ★なまクリーム		りんごゼリー アセロラジュレ さとう
12 (金)	麦ごはん				こめ むぎ きょうかまい
	さばの塩こうじカレー焼き	○	さばしおこうじカレーづけ		
	切り干し大根の煮付け		さつまあげ	にんじん しいたけ きりぼしだいこん さやいんげん こんにゃく	こめあぶら さとう
	豚汁		ぶたにく にぼし あぶらあげ とうふ みそ	ごぼう たまねぎ にんじん だいこん ねぎ	こめあぶら さつまいも
16 (火)	バターロール				★バターロール
	とり肉のバーベキューソースがけ	○	とりにく	しょうが にんにく たまねぎ りんご レモンかじゅう	こめあぶら さとう ごま
	イタリアンサラダ		いとかまぼこ	きゅうり キャベツ にんじん ブロッコリー とうもろこし	アレルギーようイタリアンドレッシング
	クラムチャウダー		アレルギーようベーコン あさり ★ぎゅうにゅう ★こなチーズ	たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ	★バター じゃがいも ★ベシャメルソース
17 (水)	玄米入りごはん				こめ もちげんまい きょうかまい
	あじフライ（一食用ソース）	○	★あじフライ		こめあぶら
	切り干し大根のハリハリ漬け		とりにく	きりぼしだいこん きゅうり にんじん もやし	さとう ごまあぶら
	みそけんちん汁		にぼし とうふ みそ	ごぼう だいこん にんじん はくさい ねぎ こんにゃく	こめあぶら
18 (木)	ミートソーススパゲッティ（ソフトめん）		ぶたにく ぎゅうにく ★こなチーズ ★なまクリーム	にんにく しょうが たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト グリンピース	★ソフトめん こめあぶら ★デミグラスソース
	花野菜ソテー	○	アレルギーようウインナー	とうもろこし キャベツ あかパプリカ カリフラワー ブロッコリー	こめあぶら
	フルーツジュレ			みかん バインアップル おうとう	はちみつレモンゼリー りんごゼリー
19 (金)	* 食育の日給食 *				
	ぶたキムチ丼		ぶたにく	しょうが たまねぎ はくさいキムチ にら しらたき	こめ むぎ きょうかまい こめあぶら さとう
	甘夏サラダ	○		あまなつみかんかん きゅうり キャベツ ブロッコリー	かんきつドレッシング
22 (月)	あさりとチンゲンサイのスープ		あさり	にんじん たまねぎ しょうが にんにく チンゲンサイ ねぎ	かたくりこ
	麦ごはん				こめ むぎ きょうかまい
	はるまき	○	★はるまき		こめあぶら
24 (水)	ひじきのサラダ		ひじき だいず	とうもろこし きゅうり にんじん れんこん	さとう ごま ノンエッグマヨネーズ
	中華風コーンスープ		とうふ ★たまご	たまねぎ にんじん とうもろこし チンゲンサイ ねぎ	かたくりこ
	ポークカレーライス		ぶたにく	にんにく しょうが たまねぎ にんじん りんご	こめ むぎ きょうかまい こめあぶら じゃがいも ★カレールウ
25 (木)	コールスローサラダ	○		キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし	アレルギーようコールスロードレッシング
	元氣ヨーグルト		★ヨーグルト		
	けんちんうどん		とりにく かつおぶし あぶらあげ	ごぼう だいこん にんじん しめじ ほうれんそう ねぎ	★ゆでうどん こめあぶら
	チーズはんぺんフライ	○	★チーズはんぺんフライ		こめあぶら
26 (金)	キャベツともやしのソテー		アレルギーようウインナー	にんにく にんじん もやし キャベツ こまつな	こめあぶら
	ミニたい焼き				★だいやき
	麦ごはん				こめ むぎ きょうかまい
	さわらの西京焼き	○	さわらさいきょうづけ		
29 (月)	大根のそぼろ煮		ぶたにく	たまねぎ しょうが にんじん だいこん さやいんげん	こめあぶら さとう かたくりこ
	豆腐のみそ汁		にぼし とうふ みそ わかめ	たまねぎ えのきだけ ねぎ	
	麦ごはん				こめ むぎ きょうかまい
30 (火)	蒸ししゅうまい	○	★しゅうまい		
	パンパンジーサラダ		とりにく	キャベツ きゅうり あかパプリカ もやし	★パンパンジードレッシング
	マーボー豆腐		ぶたにく とうふ みそ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ ねぎ	こめあぶら さとう かたくりこ ごまあぶら ★マーボーとうふのもと
	そぼろパン				★そぼろパン
30 (火)	白身魚の香草パン粉焼き		メルルーサ ★こなチーズ	にんにく バジル ★こうみやさいミックス	ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル ★パンこ
	大根のごまドレサラダ	○	いとかまぼこ	だいこん きゅうり たまねぎ とうもろこし	ノンエッグマヨネーズ アレルギーようごまドレッシング
	ミネストローネ		アレルギーようウインナー ★こなチーズ	にんにく たまねぎ にんじん キャベツ トマト	アレルギーようマーガリン じゃがいも ★マカロニ
	はちみつレモンゼリー				はちみつレモンゼリー

* アレルギー物質対応食品（卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生）を含む食品については★の表示があります。また諸事情により献立及び材料を変更する場合があります。