



9月 学校給食 献立予定表

令和8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 (水)	ハヤシライス	○	ぶたにく ★なまクリーム	にんにく しょうが たまねぎ セロリ にんじん マッシュルーム トマト	こめ おぎ きょうかまい こめあぶら ★ハヤシルウ	
	野菜いっぱいサラダ		いとかまぼこ	ブロッコリー カリフラワー きゅうり だいこん あかパプリカ きパプリカ	たまねぎドレッシング	
	シークワーサーゼリー				シークワーサーゼリー	
3 (木)	五目うどん	○	かつおぶし とりにく あぶらあげ	たまねぎ にんじん だいこん しいたけ ねぎ	★うどん	
	野菜のかき揚げ		★かきあげ	こめあぶら		
	ごぼうサラダ		まぐろあぶらづけ	ごぼう にんじん キャベツ	ノンエッグマヨネーズ さとう ごま	
4 (金)	黒糖蒸しパン	○			★こくとうむしパン	
	ウインナーピラフ		アレルギーようウインナー	にんにく たまねぎ にんじん グリンピース とうもろこし	こめ おぎ きょうかまい アレルギーようマーガリン	
	とり肉のマスタード焼き		とりにく	レモン	はちみつ ノンエッグマヨネーズ	
	ほうれん草のイタリアンサラダ		まぐろみずに	ほうれんそう あかパプリカ きゅうり キャベツ えだまめ	アレルギーようイタリアンドレッシング	
7 (月)	大根のコンソメスープ	○	アレルギーようベーコン	たまねぎ にんじん だいこん しめじ		
	ブルコギ丼		ぶたにく	にんにく たまねぎ にんじん もやし にら しらすき	こめ おぎ きょうかまい こめあぶら さとう ごまあぶら かたくりこ	
	中華ドレッシングサラダ		とりにく	キャベツ こまつな きゅうり あかパプリカ	さとう ごまあぶら	
	チンゲンサイのスープ		わかめ	にんじん たまねぎ えのきたけ とうもろこし チンゲンサイ		
8 (火)	ミルクパン	○			★ミルクパン	
	白身魚のマヨ玉焼き		ホキ ★たまご ★チーズ	たまねぎ	★マヨネーズ	
	ブロッコリーサラダ		かまぼこ	ブロッコリー カリフラワー きゅうり だいこん	わふうドレッシング	
	トマトスープ		たまねぎ にんじん キャベツ トマト パセリ	じゃがいも		
9 (水)	豆乳プリン	○			とうにゅうプリン	
	麦ごはん				こめ おぎ きょうかまい	
	いかの甘酢がけ		いか	しょうが	かたくりこ こめあぶら さとう	
	五色ナムル			にんじん もやし こまつな とうもろこし きくらげ	ごまあぶら さとう	
10 (木)	肉団子の中華スープ	○	アレルギーようにくだんご	たまねぎ にんじん しいたけ はくさい ねぎ	ごま はるさめ ごまあぶら	
	はちみつパン				★はちみつパン	
	とり肉のトマトソースがけ		とりにく	にんにく たまねぎ バジル	こめあぶら さとう	
	花野菜サラダ			ブロッコリー カリフラワー キャベツ あかパプリカ きパプリカ	アレルギーようフレンチドレッシング	
11 (金)	クリームスープ	○	アレルギーようベーコン ★ぎゅうにゅう ★スキムミルク ★なまクリーム	たまねぎ にんじん ブロッコリー	こめあぶら じゃがいも ★ベシヤメルソース ★シチュールウ	
	ピーチゼリー				ピーチゼリー	
	麦ごはん				こめ おぎ きょうかまい	
	メンチカツ（一食用ソース）		★メンチカツ		こめあぶら	
14 (月)	白菜のゆずドレあえ	○	まぐろあぶらづけ	はくさい きゅうり にんじん とうもろこし	★ゆずかつおドレッシング	
	大根と油揚げのみそ汁		にぼし あぶらあげ みそ	だいこん にんじん こまつな ねぎ		
	麦ごはん				こめ おぎ きょうかまい	
	ぶた肉のスタミナ炒め		ぶたにく	しょうが にんにく たまねぎ にら	こめあぶら さとう	
15 (火)	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	
	ゆばのすまし汁		かつおぶし とうふ ゆば わかめ	しめじ		
	ちゃんぽんめん		ぶたにく いか なんと	しょうが にんにく たまねぎ にんじん きくらげ もやし はくさい ねぎ	★ちゅうかめん こめあぶら ★ちゃんぽんスープのもと	
	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	
16 (水)	海藻サラダ	○	かいそうミックス	とうもろこし にんじん キャベツ きゅうり えだまめ	アレルギーようあおじそドレッシング さとう	
	ミニカスタードワッフル				★ミニカスタードワッフル	
	卵チャーハン		アレルギーようロースハム ★たまご	たまねぎ ねぎ とうもろこし グリンピース	こめ おぎ きょうかまい ごまあぶら	
	肉しゅうまい		★しゅうまい			
17 (木)	ほうれん草の中華あえ	○	まぐろみずに	もやし きゅうり にんじん ほうれんそう	ナムルドレッシング	
	わかめスープ		とりにく とうふ わかめ	えのきたけ だいこん		
	ナン				★ナン	
	コロッケ				こめあぶら ★コロッケ	
18 (金)	カラフルサラダ	○		ブロッコリー あかパプリカ きパプリカ きゅうり キャベツ	コーンクリーミードレッシング	
	秋なすのキーマカレー		ぶたにく とりにく だいず ★こなチーズ	にんにく しょうが たまねぎ セロリ にんじん なす りんご トマト	こめあぶら ★カレールウ	
	＊ 食育の日給食 ＊					
	24 (木)		麦ごはん	○		
とり肉の梅ジャムソースがけ		とりにく	しょうが にんにく うめジャム		さとう	
千草あえ		★たまご	キャベツ にんじん きゅうり ほうれんそう		さとう ごまあぶら	
豆乳汁		にぼし あぶらあげ みそ とうにゅう	にんじん だいこん えのきたけ ねぎ		じゃがいも	
25 (金)	ぶどうゼリー	○			ぶどうゼリー	
	ツイストミルクパン				★ツイストミルクパン	
	フライドチキン		とりにく		★こむぎこ かたくりこ こめあぶら ★フライドチキンミックス	
	ウインナーと野菜のソテー		アレルギーようウインナー	にんにく とうもろこし にんじん もやし キャベツ こまつな	こめあぶら	
28 (月)	ジュリエンスープ	○	いとかまぼこ	たまねぎ にんじん だいこん えのきたけ		
	冷凍みかん			みかん		
	菜めし			なめしのもと（ひろしまな きょうな だいこんば）	こめ おぎ きょうかまい	
	さわらの昆布しょうゆ焼き		ざわらこんぶしょうゆづけ			
29 (火)	里芋のそぼろ煮	○	とりにく	にんじん さやいんげん	こめあぶら さともい さとう	
	満月汁		かつおぶし とうふ かまぼこ わかめ	たまねぎ にんじん みつば		
	お月見団子				おつきみだいふく（さつまいも とうにゅう）	
	麦ごはん				こめ おぎ きょうかまい	
30 (水)	とり肉の中華ダレがけ	○	とりにく	にんにく しょうが ねぎ	ごまあぶら さとう ごま かたくりこ	
	卵入りはるさめサラダ		★たまご	きゅうり にんじん	はるさめ ごまあぶら さとう	
	ワンタンスープ		ぶたにく なんと	しょうが にんじん きくらげ はくさい もやし にら	こめあぶら ★ワンタンかわ	
	つぶつぶレモンゼリー				つぶつぶレモンゼリー	
30 (水)	こどもパン	○			★こどもパン	
	プレーンオムレツ（一食用ケチャップ）		★プレーンオムレツ			
	ツイストマカロニサラダ		まぐろあぶらづけ	にんじん きゅうり とうもろこし	★マカロニ アレルギーようイタリアンドレッシング ノンエッグマヨネーズ さとう	
	ポトフ		フランクフルト	たまねぎ にんじん キャベツ	じゃがいも	
30 (水)	ヨーグルト	○	★ヨーグルト			
	麦ごはん				こめ おぎ きょうかまい	
	さばの竜田揚げ		さば	しょうが	かたくりこ こめあぶら	
	荳わかめの炒め煮		くきわかめ さつまあげ	ごぼう にんじん さやいんげん	こめあぶら さとう	
30 (水)	白菜のみそ汁	○	にぼし あぶらあげ みそ	にんじん えのきたけ はくさい ほうれんそう ねぎ		

＊アレルギー物質対応食品（卵・乳・小麦・えび・かに）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。