



9月献立表



入善町教育委員会
入善町立入善小学校

令和6年度

日	曜	献立名	おもひ材料とその働き						
			赤：おもに体の組織をつくる		緑：おもに体の調子を整える		黄：おもにエネルギーとなる		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
2	月	ごはん 牛乳 そうめんじる いわしのうめに わかめサラダ ふりかけ	かまぼこ いわし	牛乳 わかめ あおのり	★にんじん	★たまねぎ ★ねぎ しょうが キャベツ きゅうり	★こめ さとう そうめん	ごま ごまあぶら	
3	火	ごはん 牛乳 コンソメスープ とりにくのスタミナやき アーモンドサラダ	とりにく	牛乳	★にんじん	★たまねぎ とうもろこし にんにく たまねぎ キャベツ きゅうり	★こめ さとう じゃがいも でんぷん	こめあぶら アーモンド	
4	水	ごはん 牛乳 にくだんごととうがんのスープ あげざかなのマリネ ゆでやさい	ぶたにく とりにく あかうお	牛乳	★にんじん ★パプリカ	とうがん しめじ ★たまねぎ キャベツ きゅうり レモン	★こめ さとう でんぷん	こめあぶら	
5	木	ごはん 牛乳  8月パステル ミネストローネ きゅうりしよく わふうハンバーグ さいかサラダ	ぎゅうにく ぶたにく	牛乳	★にんじん トマト	★たまねぎ セロリー ★にんにく キャベツ きゅうり パイナップル	★こめ マカロニ さとう パンこ でんぷん	こめあぶら マーガリン	
6	金	ごはん 牛乳 とうふとこまつなのみそしる ベーコンエッグ キャベツのそぼろいため	もめんどうふ ★みそ たまご ベーコン とりにく	牛乳	こまつな ピーマン ★にんじん	もやし キャベツ しょうが	★こめ さとう でんぷん	こめあぶら	
9	月	ごはん 牛乳 とりごぼうスープ やきフランクフルト スパゲッティソテー	とりにく ベーコン もめんどうふ フランクフルト	牛乳	★にんじん ピーマン	ごぼう えのき ★たまねぎ ★にんにく	★こめ さとう スパゲッティ	こめあぶら	
10	火	ごはん 牛乳 みそワントン さばのたつたあげ ひじきのいために	とりにく さば うすあげ ★だいず	牛乳 ひじき	★にんじん	キャベツ ★ねぎ しょうが	★こめ ワントン こんにやく さとう こめこ でんぷん	こめあぶら	
11	水	ごはん 牛乳 ビーフンスープ とりにくのレモンやき カラフルサラダ	うすあげ とりにく	牛乳	★にんじん こまつな	★たまねぎ ★ねぎ しょうが カリフラワー キャベツ きゅうり レモン	★こめ さとう ピーマン でんぷん	こめあぶら	
12	木	カレーライス 牛乳  9月パステル ハムステーキ きゅうりしよく フルーツヨーグルト	とりにく ハム	牛乳 ヨーグルト	★にんじん	★にんにく しょうが ★たまねぎ パイナップル りんご もも バナナ	★こめ おおむぎ じゃがいも かんでんゼリー	こめあぶら カレールウ	
13	金	ゆかりごはん 牛乳 ぶたじる やきししやも ごまあえ	ぶたにく ★みそ もめんどうふ ししやも	牛乳	★にんじん あかしそ	ごぼう だいこん ★ねぎ きゅうり キャベツ	★こめ さとう じゃがいも こんにやく	ごま	
16	月	🎌 けいろうのひ 🎌							
17	火	ごはん 牛乳 とうもろこしのスープ はるまき こんにやくサラダ	とりにく	牛乳	★にんじん	とうもろこし ★たまねぎ キャベツ もやし たけのこ きゅうり	★こめ じゃがいも こむぎこ はるまき こんにやく さとう	こめあぶら ごまあぶら ごま	
18	水	ごはん 牛乳 けんちんじる チンジャオロースー こふきいも	もめんどうふ ぶたにく	牛乳	★にんじん ピーマン ★パプリカ	だいこん ★ねぎ えのき ★たまねぎ たけのこ しょうが	★こめ じゃがいも でんぷん	ごまあぶら こめあぶら	
19	木	～ New Year's Eve の日 ～							
19	木	ごはん 牛乳  やさいかレースープ さかなとだいずのサイコロあげ そえやさい ★だいず	とりにく たら ★だいず	牛乳	★にんじん トマト	★たまねぎ ★にんにく しょうが とうもろこし キャベツ きゅうり なす	★こめ さとう じゃがいも でんぷん こめこ	こめあぶら カレールウ ごま	
20	金	🎌 入善とみさん(富×3)の日 🎌							
20	金	ごはん 牛乳  ごもくみそしる とんかつのあまからに はりはりあえ	もめんどうふ ★みそ ぶたにく	牛乳 わかめ	★にんじん こまつな	もやし えのき きりぼしだいこん ★ねぎ キャベツ	★こめ さとう こむぎこ パンこ	こめあぶら ごまあぶら	
23	月	ふりかえきゅうじつ							
24	火	うんどうかいのふりかえきゅうぎょうび							
25	水	ごはん 牛乳 すきやきふうに えびシューマイ だいコーンサラダ	ぶたにく やきどうふ たい えび	牛乳	★にんじん	しめじ はくさい ★ねぎ ごぼう ★たまねぎ だいこん とうもろこし きゅうり	★こめ さとう こんにやく こむぎこ でんぷん	こめあぶら ごまあぶら	
26	木	ごはん 牛乳 やさいのみそしる とりのからあげ おからのいために	とりにく おから ★みそ	牛乳	★にんじん こまつな	キャベツ えのき ★しょうが ごぼう ★たまねぎ もやし	★こめ さとう こめこ でんぷん こんにやく	こめあぶら	
27	金	ごはん 牛乳 おやこに さけのしおやき すのもの	とりにく こうやどうふ たまご さけ	牛乳 わかめ	★にんじん グリーンピース	★たまねぎ きゅうり キャベツ	★こめ さとう じゃがいも		
30	月	ごはん 牛乳 きのこスープ とりにくのクリームソースかけ のりしおポテト	ウインナー もめんどうふ とりにく	牛乳 あおのり	★にんじん	えのき エリンギ しめじ ★たまねぎ ★にんにく ★ねぎ	★こめ こめこ じゃがいも でんぷん	こめあぶら	

※都合により献立を変更することがあります。

今月の地場産食材(★印)：こめ(ふふふ)・みそ・だいず・たまねぎ・にんにく・ねぎ・にんじん・しょうが・パプリカ