命を守るために、災害を知って災害に対処する力を身につけましょう。

2025

9月の学校給食献立予定表

大洲市学校給食センター

日曜	配膳図	献立名	材料の種類と体内でのはたらき あかの食品 血や肉や骨になる	みどりの食品 体の調子を整え病気を防ぐ	きの食品 はたらく力や体温となる	エネルギー 小学校(3･4年)	エネルギー 中学校	カルシウム 小学校(3･4年)	カルシウム 中学校
1 月	ヨーグルト / きゅうりとひじきのサラダ / ミートボールカレー / しろごはん	白ご飯 牛乳	牛乳		米	658	835	379	416
		ミートボールカレー	豚肉 鶏肉 大豆 えんどう豆	たまねぎ にんにく しょうが にんじん トマト	でん粉 砂糖 小麦粉 油 じゃがいも				
		きゅうりとひじきのサラダ	ひじき ハム 卵 乳	きゅうり とうもろこし	砂糖 ごま油				
		ヨーグルト	ヨーグルト						
			9/1(月)カレーはごはんにかけて食べましょう。						
2 火	たくあんあえ / ちくわのいそべあげ(幼小2中3) / こうやどうふのたまごとじ / しろごはん	白ご飯 牛乳	牛乳		米	677	849	382	426
		ちくわの磯辺揚げ	ちくわ 青のり		小麦粉 でん粉 油				
		たくあんあえ		キャベツ きゅうり だいこん	砂糖				
		高野豆腐の卵とじ	鶏肉 高野豆腐 卵	にんじん たまねぎ 枝豆	砂糖				
3 水	みかんかじゅう / ツナサラダ / ぎょうざ(幼小2中3) / たまごスープ / しろごはん	白ご飯 牛乳	牛乳		米	661	816	293	312
		餃子	鶏肉 豚肉 大豆粉 オイスターエキス	キャベツ たまねぎ にら	小麦粉 油 ごま油 でん粉 もち米粉 砂糖				
		ツナサラダ	マグロ	きゅうり キャベツ にんじん	油 砂糖				
		卵スープ	鶏肉 卵	たまねぎ にんじん えのきたけ とうもろこし ねぎ	でん粉				
		みかん果汁		みかん果汁 いよかん果汁					
4 木	とんかつソース / ボイルやさい / ハムカツ / ミネストローネ / コッペパン	コッペパン 牛乳	牛乳 脱脂粉乳		パン 砂糖 油	614	786	339	374
		ハムカツ	豚肉 大豆粉		砂糖 でん粉 パン粉 油				
		ボイル野菜		キャベツ きゅうり					
		ミネストローネ	豚肉 大豆	たまねぎ にんじん トマト	じゃがいも				
		小袋トンカツソース		りんご トマト たまねぎ	砂糖 でん粉				
5 金	しそあえ / かぼちゃひきにくフライ / ピリからみそしる / しろごはん	白ご飯 牛乳	牛乳		米	612	770	328	353
		かぼちゃひき肉フライ	豚肉	かぼちゃ たまねぎ	砂糖 でん粉 パン粉 小麦粉 油				
		しそあえ		きゅうり もやし 赤しそ	砂糖				
		ピリ辛みそ汁	豆腐 油揚げ 麦みそ	たまねぎ しめじ にんじん 白菜 にんにく	砂糖				
8 月	こんぶあえ / ちぐさやき / にくじゃが / しろごはん	白ご飯 牛乳	牛乳		米	618	760	309	330
		千種焼き	卵 豆腐	小松菜 にんじん たけのこ しいたけ	砂糖 でん粉 油				
		昆布あえ	昆布	キャベツ きゅうり	砂糖				
		肉じゃが	豚肉	たまねぎ にんじん グリンピース	じゃがいも 砂糖 糸こんにゃく 油				
9 火	あまずあえ / さつまいもコロッケ / ぶたじる / しろごはん	白ご飯 牛乳	牛乳		米	652	794	404	453
		さつまいもコロッケ	鶏肉	たまねぎ	さつまいも じゃがいも 米粉 砂糖 油 パン粉 小麦粉				
		甘酢あえ		キャベツ にんじん もやし	砂糖 ごま油				
		豚汁	豚肉 油揚げ 豆腐 麦みそ	ごぼう ねぎ	こんにゃく				
	三善小米飯リクエスト献立								
10 水	マカロニサラダ / ぶたにくのしょうがいため / はるさめスープ / しろごはん	白ご飯 牛乳	牛乳		米	629	773	273	285
		豚肉の生姜炒め	豚肉	にんにく たまねぎ にんじん しょうが	油 砂糖				
		マカロニサラダ	寒天	キャベツ きゅうり いよかん とうもろこし	小麦粉 砂糖 油 ハチミツ				
		春雨スープ	ハム 卵 乳	もやし にんじん えのきたけ ねぎ	春雨				
11 木	こぶくろうどんつゆ / コーンサラダ / キビナゴカリカリフライ / ひやしうどん / こがたパン	小型パン 牛乳	牛乳 脱脂粉乳		パン 砂糖 油	616	793	416	480
		キビナゴカリカリフライ	キビナゴ	しょうが	水あめ 砂糖 じゃがいも でん粉 米粉 玄米粉 油				
		コーンサラダ	キャベツ	にんじん とうもろこし たまねぎ	砂糖 油				
		冷やしうどん	かまぼこ 卵 わかめ	きゅうり もやし	小麦粉				
		小袋うどんつゆ			砂糖				
12 金	ちゅうかサラダ / ポークシュウマイ(幼小2中3) / なすいりマーボーどうふ / しろごはん	白ご飯 牛乳	牛乳		米	676	853	352	387
		ポークシュウマイ	豚肉 鶏肉 大豆粉	たまねぎ グリンピース	でん粉 小麦粉 砂糖 油				
		中華サラダ		小松菜 もやし にんじん	ごま油 ごま				
		なす入り麻婆豆腐	豚肉 豆腐 赤みそ オイスターエキス 牛肉 乳	なす にんじん たまねぎ ねぎ にんにく しょうが	油 砂糖 でん粉 ごま油 小麦粉 ごま				
16 火	はるさめサラダ / カラフルかきあげ / あかだし / しろごはん	白ご飯 牛乳	牛乳		米	662	818	330	357
		カラフルかきあげ	ハム 卵 乳	かぼちゃ ピーマン たまねぎ とうもろこし	小麦粉 でん粉 油				
		春雨サラダ		きゅうり キャベツ	砂糖 ごま油 春雨				
		赤だし	油揚げ 豆腐 わかめ 麦みそ 赤みそ	なめこ しめじ	じゃがいも				
17 水	ごまあえ / サバのみそだれかけ / けんちんじる / しろごはん	白ご飯 牛乳	牛乳		米	633	773	305	327
		サバのみそだれかけ	サバ 赤みそ		砂糖				
		ごまあえ		もやし ほうれん草 にんじん	ごま 砂糖				
		けんちん汁	鶏肉	かぼちゃ ごぼう にんじん しめじ ねぎ	こんにゃく				
	長浜中パンリクエスト献立								
18 木	チョコクリーム / パンパンジーサラダ / ささみのレモンに / ワンタンスープ / コッペパン	コッペパン 牛乳	牛乳 脱脂粉乳		パン 砂糖 油 水あめ	641	800	328	357
		ささみのレモン煮	鶏肉	レモン果汁 とうもろこし	でん粉 油 砂糖				
		パンパンジーサラダ	ハム 卵 乳 みそ ホタテエキス	きゅうり キャベツ たまねぎ しょうが にんにく レモン果汁	砂糖 油 ごま				
		ワンタンスープ	豚肉	にんじん もやし たまねぎ ねぎ しいたけ しょうが にんにく	でん粉 砂糖 小麦粉 水あめ				
		チョコクリーム	粉乳		砂糖 油 ココア カカオ				
	えひめ・大分郷土料理交流事業								
19 金	わかめサラダ / べっぷじごくあげ / すましじる / しろごはん	白ご飯 牛乳	牛乳		米	659	812	417	468
		別府地獄揚げ	鶏肉	しょうが	でん粉 油 砂糖 ごま ごま油				
		わかめサラダ	わかめ カツオ節	ブロッコリー キャベツ ゆず しいたけ すだち果汁	砂糖				
		すまし汁	豆腐 かまぼこ 卵	しめじ にんじん ねぎ					
22 月	おひたし / イワシのうめあげ / おかかに / しろごはん	白ご飯 牛乳	牛乳		米	650	800	436	494
		イワシのうめあげ	イワシ	梅肉	パン粉 小麦粉 米粉 油				
		おひたし		キャベツ もやし ほうれん草					
		おかか煮	鶏肉 厚揚げ 天ぷら 卵 カツオ節	にんじん ごぼう 枝豆	砂糖 こんにゃく				
24 水	うめかつおあえ / とうふハンバーグ / だいずのいそに / しろごはん	白ご飯 牛乳	牛乳		米	659	807	360	397
		豆腐ハンバーグ	豚肉 鶏肉 豆腐	たまねぎ	でん粉 油 砂糖				
		梅かつおあえ	カツオ節	もやし きゅうり にんじん 梅肉	砂糖				
		大豆の磯煮	鶏肉 大豆 ひじき 厚揚げ	にんじん ごぼう さやいんげん	油 砂糖 こんにゃく				
25 木	かいそうサラダ / ぶたにくのケチャップに / コンソメスープ / コッペパン	コッペパン	牛乳 脱脂粉乳		パン 砂糖 油	639	814	312	337
		豚肉のケチャップ煮	豚肉		でん粉 油 砂糖				
		海藻サラダ	わかめ 赤つのまた 昆布 すぎのり カツオ	キャベツ きゅうり 梅 レモン果汁 りんご果汁 しそ しいたけ たまねぎ	砂糖				
		コンソメスープ	ウインナー 乳	たまねぎ にんじん とうもろこし	じゃがいも				
	大洲北中米飯リクエスト献立								
26 金	ナムル / ビビンバ / ちゅうかスープ / しろごはん	白ご飯 牛乳	牛乳		米	624	766	306	327
		ビビンバ	豚肉	しいたけ にんにく	油 砂糖				
		ナムル		ほうれん草 キャベツ にんじん	砂糖 ごま ごま油				
		中華スープ	鶏肉 卵	とうもろこし たまねぎ にんじん ねぎ	ごま油 でん粉				
			9/26(金)ビビンバはごはんにのせて食べましょう。						
29 月	おかかあえ / とりにくのねぎソースかけ / つみれじる / しろごはん	白ご飯 牛乳	牛乳		米	637	782	364	401
		鶏肉のねぎソースかけ	鶏肉	ねぎ	小麦粉 でん粉 砂糖 油				
		おかかあえ	カツオ節	キャベツ きゅうり					
		つみれ汁	イトヨリダイ エソ 豆腐 わかめ	えのきたけ にんじん					
30 火	ノンエッグマヨネーズ / ポテトサラダ / イワシのトマトに / わかめスープ / しろごはん	白ご飯 牛乳	牛乳		米	641	776	498	572
		いわしのトマト煮	いわし	たまねぎ トマト レモン果汁	砂糖 米粉				
		ポテトサラダ		キャベツ にんじん	じゃがいも				
		わかめスープ	豆腐 わかめ	たまねぎ にんじん ねぎ えのきたけ とうもろこし					
		小袋ノンエッグマヨネーズ	大豆粉	レモン果汁	油 水あめ こんにゃく粉				

＊材料の都合により、献立、材料を変更する場合がありますが、ご了承ください。

【梨】がつく日
9/4(木) → 喜多小 平小 久米小 平野小 菅田小 新谷小 肱川中
9/5(金) → 幼稚園 こども園 河辺小 大洲小 三善小 粟津小 長浜小 肱川小
9/9(火) → 肱川中以外の中学校