



2021

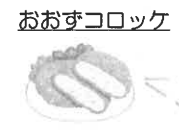
9月の学校給食献立予定表

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たらし			エネルギー	カルシウム
			あかの食品	みどりの食品	きの食品		
			血や肉や骨になる	体の調子を整え病気を防ぐ	はたらく力や体温となる	小学校(3-4年)	小学校(3-4年)
						中学校	中学校
1	水	白ご飯 牛乳 ささみのレモン煮 こんぶあえ ぶた汁 しらごはん	牛乳 とりにく こんぶ ぶた肉 とうふ かまぼこ 卵 みそ	レモン果汁 きゅうり キャベツ ごぼう にんじん ねぎ	米 でん粉 油 砂糖 砂糖 こんにやく	653	300
2	木	グリーンサラダ アンサンプルエッグ ミネストローネ しらごはん	牛乳 卵 チーズ ベーコン 牛乳 グリーンサラダ ミネストローネ	玉ねぎ アスパラガス キャベツ きゅうり 玉ねぎ にんにく ピーマン ぶた肉 とり肉 乳 玉ねぎ にんじん トマト	パン 砂糖 油 じゃがいも 砂糖 でん粉 油 砂糖 油 でん粉 水あめ 砂糖 じゃがいも 小麦粉	634	354
※東中 米飯リクエスト献立							
3	金	わかれご飯 かいそうサラダ わかれごはん	牛乳 梨 とり肉のからあげ 卵 粉乳 わかれご飯 かいそうサラダ はるさめスープ	なし しょうが キャベツ きゅうり 青じそ もやし にんじん ねぎ 玉ねぎ	米 砂糖 小麦粉 砂糖 油 水あめ でん粉 米粉 砂糖 はるさめ 油	643	278
6	月	ポテトサラダ ぶたにくのしょうがやき しらごはん	牛乳 ぶた肉のしょうが焼き ポテトサラダ マヨネーズ わかれスープ	にんにく 玉ねぎ にんじん しょうが きゅうり とうもろこし 玉ねぎ にんじん ねぎ えのきたけ	米 砂糖 油 さつまいも 油	681	311
7	火	みかんかじゅう おかあえ ちくわのしそあげ しらごはん	牛乳 白ご飯 牛乳 みかん果汁 ちくわのしそあげ おかあえ 高野豆腐のたまごとし	みかん いよかん しそ キャベツ きゅうり もやし にんじん 玉ねぎ グリンピース	米 小麦粉 油 砂糖 砂糖	687	374
8	水	ちゅうかサラダ アジフライ しらごはん	牛乳 白ご飯 牛乳 アジフライ ちゅうかサラダ ワントンスープ	にんにく 玉ねぎ にんじん しょうが ほうれんそう キャベツ にんじん キャベツ 玉ねぎ しょうが にんじん しいたけ しめじ ねぎ	米 パン粉 小麦粉 でん粉 油 ごま油 ごま 小麦粉 油 ごま油 でん粉 砂糖	611	299
9	木	コーンサラダ イカてんぷら ひやしうどん しらごはん	牛乳 小型パン 牛乳 イカてんぷら コーンサラダ ひやしうどん	牛乳 脱脂粉乳 生クリーム イカ ほたてエキス キャベツ とうもろこし ブロッコリー ゆず果汁 レモン果汁 きゅうり もやし	パン 砂糖 油 水あめ 小麦粉 油 でん粉 砂糖 小麦粉 砂糖	607	312
10	金	ひじきサラダ さかなのすまし しらごはん	牛乳 魚のオニオンガーリックソース ひじきサラダ すまし汁	玉ねぎ にんにく キャベツ きゅうり えのきたけ にんじん ねぎ	米 でん粉 油 砂糖 砂糖	638	307
13	月	ごまあえ キピナゴのカレーあげ しらごはん	牛乳 白ご飯 牛乳 キピナゴのカレーあげ ごまあえ じゃがいものそぼろ煮	とうもろこし キャベツ こまつな にんじん 玉ねぎ にんじん グリンピース	米 油 小麦粉 でん粉 ごま 砂糖 じゃがいも 砂糖	713	339
14	火	パンパンジーサラダ はるまき しらごはん	牛乳 白ご飯 牛乳 はるまき パンパンジーサラダ ちゅうかスープ	キャベツ にんじん 玉ねぎ しいたけ しょうが キャベツ もやし きゅうり レモン果汁 しょうが にんにく 玉ねぎ とうもろこし 玉ねぎ にんじん ねぎ	米 小麦粉 水あめ でん粉 はるさめ 油 砂糖 砂糖 ごま 油 ごま油 でん粉	725	274

*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。

大洲の食日



9/15(水)は大洲市の郷土料理「いもたき」をコロッケにした「おおずコロッケ」です。また、副菜や汁物も大洲市の野菜をたくさん使用しました。地元の味を味わいましょう。

「梨」がつく日
9/1(水) → 河辺小・久米小・平野小・平小
菅田小・大洲小
9/2(木) → その他の小学校
9/3(金) → こども園・幼稚園・中学校