

日	曜	献立名	使用する食品と働き ●今年度アレルギー対応食品			栄養価	
			血・肉・骨などおもに 体をつくる食品（赤）	おもにエネルギーの もとになる食品（黄）	おもに体の調子を ととのえる食品（緑）	エネルギー kcal	たんぱく質 g
8/28	火	牛乳	●牛乳			小	――
		フラワーロール		パン			
		しおやきそば	とり肉	ちゅうかめん 油 ごま油	にんじん 玉ねぎ キャベツ にら	中	803
		ウィンナーいりたまごやき	ウィンナー ●たまご	油			
		からしあえ		さとう	もやし きゅうり		
29	水	さんしょくゼリーポンチ		さとう	●パイン缶 ●バナナ ●リンゴ 果汁	654	24.8
		牛乳	●牛乳				
		むぎごはん		米 米粒麦			
		とりにくとなすのハヤシシチュー	とり肉	じゃが芋 油	にんじん 玉ねぎ なす ｺﾝｸ トマト		
		ひじきサラダ	ささみ ひじき	さとう 油 ごま	キャベツ えだまめ		
30	木	なしゼリー		さとう	●なし果汁	800	30.0
		牛乳	●牛乳				
		ごはん		パン			
		さけふりかけ	さけ	さとう ごま			
		ハンバーグ・わふうソース	とり肉 ぶた肉	油 さとう 片栗粉	玉ねぎ だいこん		
31	金	たまねぎのみそしる	油あげ みそ		玉ねぎ ほうれん草 長ねぎ	823	29.1
		ミックスポテト		じゃが芋 マーガリン 油	にんじん コーン いんげん		
		牛乳	●牛乳				
		やきにくちらし	ぶた肉	米 さとう 油 ごま	にんじん ごぼう きぬさや ｺﾝｸｷｬｳｶﾞ		
		コロッケ	ぶた肉	じゃが芋 小麦粉 パン粉 油	玉ねぎ		
9/3	月	トマトとたまごのスープ	とり肉 ●たまご	オリーブ油	トマト 玉ねぎ キャベツ チンゲンサイ	831	30.3
		オレンジ			オレンジ		
		牛乳	●牛乳				
		なめし		米	だいこんな		
		さばのさいきょうやき	●さば みそ	さとう			
4	火	さわにわん	ぶた肉 油あげ		にんじん だいこん ごぼう みずな ｷｬﾍﾞﾂ	835	31.5
		いそかあえ	のり		ほうれん草 もやし		
		牛乳	●牛乳				
		ナン		ナン			
		チリビーンズ	ぶた肉 だいず きんときまめ	じゃが芋 ｸﾘｰﾌﾞ油 さとう	にんじん 玉ねぎ ピーマン セロリ トマト ｺﾝｸ		
5	水	マカロニサラダ	ハム	ｶﾛﾆﾖｳｶﾞ ﾏﾖﾈｰｽﾞﾄﾚｯｼﾝｸﾞ	キャベツ きゅうり コーン	797	34.1
		ヨーグルト	●ヨーグルト				
		牛乳	●牛乳				
		ごはん		米			
		てつっこひじき	ひじき	さとう ごま			
6	木	とりにくのあまずいため	とり肉	片栗粉 油 さとう	にんじん 玉ねぎ	797	29.0
		えびボールのスープ	えびボール	はるさめ ごま油	長ねぎ チンゲンサイ		
		そくせきづけ		さとう	だいこん きゅうり ｻｳｶﾞ		
		牛乳	●牛乳				
		むぎごはん		米 米粒麦			
7	金	カレーマーマーどうぶ	とり肉 とうふ みそ	さとう 片栗粉	にんじん 玉ねぎ ｸﾞﾘﾝﾍﾞｰｽ ｷｬﾍﾞﾂ	813	30.8
		こんにゃくとツナのサラダ	ツナ わかめ	さとう ごま油	こんにゃく キャベツ		
		れいとうみかん			みかん		
		牛乳	●牛乳				
		えだまめごはん		米	えだまめ		
10	月	フランクのいそべあげ	フランク 青のり	小麦粉 油		805	27.6
		じゃがいもとなすのみそしる	なまあげ みそ	じゃが芋	なす 玉ねぎ		
		ごまあえ	みそ	さとう ごま	もやし にんじん こまつな		
		牛乳	●牛乳				
		ごはん		米			
11	火	ホキフライ	●ホキ	小麦粉 パン粉 油		812	36.2
		とうふとねぎのみそしる	とうふ 油あげ みそ		長ねぎ えのき ほうれん草		
		きりぼしだいこんのいために	ぶた肉 さつまあげ	さとう 油	きりぼしだいこん にんじん ｺﾝｸﾔ ｲﾝｹﾞﾝ		
		牛乳	●牛乳				
		ツイストパン		パン			
12	水	かぼちゃのとうにゅうチャウダー	ハム とうにゅう	小麦粉 油 マーガリン	かぼちゃ にんじん 玉ねぎ パセリ	812	36.2
		とり肉のパンこやき	とり肉	ﾊｳｻﾞﾏ ﾏﾖﾈｰｽﾞﾊﾟﾝ粉ｸﾘｰﾌﾞ油	ｺﾝｸ		
		わふうドレッシングあえ		わふうﾄﾚｯｼﾝｸﾞ	カリフラワー ほうれん草 コーン		
		牛乳	●牛乳				
		むぎごはん		米 米粒麦			
13	木	ビビンバ	ぶた肉 ●たまご みそ	さとう 油 ごま油	ほうれん草 もやし にんじん ｺﾝｸｷｬｳｶﾞ	795	29.3
		ビーフンスープ	とり肉	●ビーフン ねぎ油	にんじん キャベツ 玉ねぎ ｺﾗ ｾﾓﾝｼﾞ		
		コーンしゅうまい（2こ）	さかなすりみ	小麦粉 パン粉	コーン たまねぎ		
		牛乳	●牛乳				
		わかめむぎごはん	わかめ	米 米粒麦			
14	金	なまあげのみそいため	ぶた肉 なまあげ みそ	さとう 油 片栗粉	にんじん 玉ねぎ キャベツ ピーマン ｻｳｶﾞ	825	31.4
		はるさめサラダ	ハム	春雨 さとう ごま油 ごま	にんじん きゅうり		
		グレープゼリー		さとう	●ｸﾞﾚｰﾌﾞ 果汁		
		牛乳	●牛乳				
		じごなうどん		地粉うどん			
9/3	月	いなかうどんじる	ぶた肉 油あげ なんと	さとう 油	なす ｻｳｶﾞ 長ねぎ ｷｬﾍﾞﾂ	835	31.5
		きなこだんご	きなこ	●しらたまだんご さとう			
		おかかあえ	カツオブシ	さとう	こまつな にんじん キャベツ		
		牛乳	●牛乳				
		ごはん		米			



給食開始、中止等

- 横瀬小学校
8月29日（水）2学期給食開始
9月28日（金）運動会振替休日
- 横瀬中学校
8月28日（火）2学期給食開始
9月21日（金）体育祭振替休日
9月28日（金）新人戦のため給食中止

＊都合により、献立の内容が変更になる場合があります。
★給食費の振り替えは毎月12日です。残高のご確認をお願いします。

十五夜と月見団子

（今年の十五夜は9月24日です。）

秋の収穫に感謝し、お米を粉にして団子を作り、1年の中で最も明るく美しいといわれる「中秋の名月」にお供えたのが月見団子の始まりです。
別名「いも名月」ともいわれることから、さといもに似せた形の団子を作る地域もあります。お団子と一緒に、稲穂に見立てたすすきや秋のくだものをお供えます。

☆18日からの献立は裏面に続きます。

日	曜	献立名	使用する食品と働き ●今年度アレルギー対応食品			栄養価	
			血・肉・骨などおもに体をつくる食品（赤）	おもにエネルギーのもとになる食品（黄）	おもに体の調子をととのえる食品（緑）	エネルギー kcal	たんぱく質 g
18	火	牛乳	●牛乳			654	25.0
		キャラメルシュガーパン		バター・グリサとうキャラメルシュガー			
		わふうスパゲッティ	とり肉	スパゲッティ オリーブ油	にんじん 玉ねぎ しめじ しゃくしなづけ コンニャク	827	30.3
		ごぼうサラダ	ツナ	ごまドレッシング	ごぼう キャベツ いんげん コーン		
		チーズ	●チーズ				
19	水	牛乳	●牛乳			671	24.6
		ごはん		米			
		やきのり	のり				
		さんまのかばやきふう	●さんま	片栗粉 油 さとう		835	30.1
		さつまいものみそしる	ぶた肉 油あげ みそ	さつまいも	にんじん だいこん こねぎ		
		こうみあえ		ごま さとう	こまつな はくさい にんじん		
20	木	コーヒー牛乳	●牛乳	さとう		633	23.8
		むぎごはん		米 米粒麦			
		シーフードカレー	いか えび あさり	じゃが芋 小麦粉 油	にんじん 玉ねぎ コンニャク	778	28.5
		チキンナゲット（2こ）	とり肉 ●おから	パン粉 ●米粉 さとう 油			
		レモンづけ		さとう	たくあん キャベツ きゅうり		
21	金	牛乳	●牛乳			643	22.6
		チキンライス	とり肉	米 米粒麦 油 マーガリン	にんじん 玉ねぎ グリンピース		
		オムライスようたまごやき	●たまご	片栗粉 油 さとう		---	---
		コンソメスープ	ベーコン		にんじん 玉ねぎ キャベツ ブロッコリー コンニャク		
		さんしょくゼリーポンチ		さとう	●パイン缶 梨缶 ●マスカット●リンゴ 果汁		
25	火	牛乳	●牛乳			634	24.1
		はちみつパン		パン			
		わんたんスープ	とり肉	わんたん ごま油	にんじん 長ねぎ もやし 人参 しょうが しょうが	805	30.3
		てりやきとうふハンバーグ	とうふ とり肉 ぶた肉	パン粉 さとう 片栗粉	玉ねぎ		
		ほうれんそうソテー		油	ほうれんそう コーン		
		じゅうごやデザート		さとう	みかん果汁 ●ぶどう果汁		
26	水	牛乳	●牛乳			644	29.2
		ごはん		米			
		さいのくになっとう	なっとう			804	36.4
		すきやきふう	ぶた肉 やきどうふ	さとう 油	にんじん 玉ねぎ 長ねぎ しらたき しょうが		
		だいこんジャコサラダ	じゃこ	ちゅうかドレッシング	だいこん こまつな きゅうり コーン		
27	木	牛乳	●牛乳			618	26.4
		くりごはん		米 古代米 くり ごま			
		ますのたつたあげ	●ます	片栗粉 油		776	31.9
		すましじる	とうふ かまぼこ わかめ		だいこん 長ねぎ		
		れんこんのきんぴら	ぶた肉 ちくわ	さとう 油 ごま油	れんこん にんじん ピーマン		