



2024年9月分こんだて



瀬戸SOLAN小学校
(Sサイズ)

日	曜	材料名				
		メニュー	体をつくる	体の調子を整える	熱や力のもとになる	その他
2	月	ごはん ピラメーロフライ▲ ミートボール キャベツソテー 豆サラダ フルーツ	舌平目 大豆たん白 鶏肉 豚肉 大豆粉 大豆 枝豆	玉葱 玉葱 キャベツ 玉葱 人参 パプリカ みかん缶	米 パン粉 小麦粉 砂糖 小麦粉 米粉 油 じゃが芋 砂糖 でん粉 油 ノンエッグマヨネーズ	醤油 塩 香辛料 酢 醤油 香辛料 ケチャップ 中華味 塩 こしょう 塩 こしょう
3	火	ごはん 鶏肉とじゃが芋の甘辛炒め 高野豆腐煮 さくら焼売▲ オクラのおかか和え フルーツ	鶏肉 大豆たん白く 高野豆腐 鶏肉 豚肉 大豆 昆布 花かつお	玉葱 人参 インゲン 玉葱 生姜 オクラ パプリカ りんご	米 じゃが芋 砂糖 油 砂糖 でん粉 パン粉 小麦粉 砂糖 砂糖	和風だし 醤油 和風だし 醤油 白醤油 和風だし 和風だし 醤油
4	水	塩むすび ソース豚カツ▲ さつま揚げ煮 マカロニ和風ソテー▲ ひじき煮 フルーツ	豚肉 大豆粉 さつま揚げ 油揚げ 枝豆 ひじき	玉葱 ほうれん草 人参 人参 黄桃缶	米 パン粉 小麦粉 でん粉 油 マカロニ 油 砂糖 砂糖	塩 塩 ソース 和風だし 醤油 塩 こしょう 和風だし 醤油
5	木	ごはん ハンバーグ▲ ハッシュポテト レンコン金平 カリフラワーのマヨ和え フルーツ	鶏肉 牛肉	玉葱 レンコン 人参 カリフラワー 人参 パセリ粉 ハイン缶	米 パン粉 小麦粉 砂糖 じゃが芋 油 上新粉 砂糖 油 とうもろこし ノンエッグマヨネーズ	香辛料 醤油 塩 香辛料 和風だし 醤油 塩
6	金	ごはん (ゆかり) 鶏唐揚げの照りかけ▲ 人参煮 もやし炒め 切干大根煮 フルーツ	鶏肉 油揚げ	生姜 にんにく 人参 もやし 人参 ビーマン 切干大根 人参 インゲン 白桃缶	米 砂糖 でん粉 コーンミール 小麦粉 油 砂糖 油 砂糖	ゆかり粉 醤油 塩 香辛料 和風だし 醤油 中華味 塩 こしょう 和風だし 醤油
9	月	ごはん ハムカツ▲ 野菜肉焼き▲ 焼きうどん▲ 若布の青じそサラダ フルーツ	鶏肉 豚肉 大豆粉 鶏肉 大豆粉 若布 シーチキン	人参 インゲン キャベツ 玉葱 生姜 キャベツ 人参 胡瓜 りんご	米 でん粉 砂糖 パン粉 小麦粉 油 パン粉 砂糖 でん粉 水あめ うどん 油 砂糖	塩 香辛料 醤油 塩 和風だし 醤油 青じそドレッシング
10	火	ごはん コーンコロッケ▲ 竹輪煮▲ 青菜ソテー ウィンナーケチャップ煮・フルーツ 米麹のガトーショコラ	竹輪 ウィンナー 豆乳	ほうれん草 玉葱 人参 キャベツ 玉葱 ビーマン 洋梨缶	米 とうもろこし じゃが芋 パン粉 砂糖 でん粉 小麦粉 油 砂糖 油 砂糖 砂糖 米粉 油 でん粉	塩 こしょう 和風だし 醤油 中華味 塩 こしょう ケチャップ 中華味 ココパウダー カカオマス ベーキングパウダー
11	水	ごはん サバのカレーソテー チキンナゲット▲ カレー焼きそば▲ ポテトサラダ フルーツ	サバ 鶏肉 シーチキン	キャベツ 玉葱 人参 人参 胡瓜 みかん缶	米 でん粉 砂糖 とうもろこし粉 小麦粉 もち米粉 油 焼きそば種 油 じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ	カレー粉 塩 カレー粉 ソース 塩 こしょう 塩 こしょう
12	木	なめしおにぎり 豚肉のケチャップ炒め 紫芋コロッケ▲ ブロッコリー 大根と生巻の煮物▲ フルーツ	豚肉 大豆たん白	キャベツ 玉葱 人参 ブロッコリー 大根 人参 インゲン 白桃缶	米 砂糖 油 紫芋 じゃが芋 マッシュポテト パン粉 小麦粉 でん粉 油 生巻 砂糖	なめしの素 ケチャップ 中華味 塩 こしょう 塩 香辛料 塩 和風だし 醤油
13	金	ごはん 焼きそば▲ ウィンナー 焼きビーフン もやしナムル フルーツ	ウィンナー	キャベツ 人参 玉葱 椎茸 インゲン 玉葱 人参 ビーマン もやし 人参 ニラ ハイン缶	米 じゃが芋 香辛料 油 小麦粉 でん粉 ビーフン 油 砂糖 油 砂糖	醤油 塩 中華味 醤油 中華味 醤油 塩
17	火	ごはん 里コロッケ▲ 八幡焼き▲ ブロッコリーソテー 大豆のトマト煮 フルーツ	鶏肉 大豆 鶏肉	玉葱 人参 インゲン ごぼう 生姜 ブロッコリー カリフラワー 玉葱 人参 グリンピース みかん缶	米 じゃが芋 パン粉 小麦粉 砂糖 でん粉 油 パン粉 でん粉 水あめ 砂糖 みりん 油 砂糖	塩 香辛料 醤油 塩 香辛料 中華味 塩 こしょう ケチャップ 中華味 塩 こしょう
18	水	おにぎり 焼きザケタルタルソースがけ コーンボール もやしソテー パンパンジーサラダ フルーツ	のり サケ いとより 鶏肉	玉葱 パセリ粉 もやし 人参 ビーマン キャベツ 人参 胡瓜 りんご	米 ノンエッグマヨネーズ とうもろこし でん粉 油 砂糖 油 砂糖	塩 塩 こしょう 塩 中華味 塩 こしょう 中華味 醤油 酢
19	木	ごはん のり巻き唐揚げ▲ ミートボール じゃが芋カレー金平 梅瓜ソテー フルーツ	鶏肉 のり 鶏肉 豚肉 大豆粉 ウィンナー	生姜 にんにく 玉葱 人参 パセリ粉 南瓜 ブロッコリー 洋梨缶	米 でん粉 小麦粉 砂糖 油 じゃが芋 砂糖 でん粉 油 じゃが芋 油 砂糖 油	醤油 塩 みりん 香辛料 酢 醤油 香辛料 ケチャップ 醤油 塩 こしょう 中華味 塩 こしょう
20	金	ごはん 鶏肉のバーベキューソース 里芋おかか煮 焼きそば▲ コーンサラダ フルーツ	鶏肉 花かつお 枝豆	にんにく キャベツ 玉葱 人参 人参 黄桃缶	米 じゃが芋でん粉 砂糖 里芋 砂糖 焼きそば種 油 とうもろこし ノンエッグマヨネーズ	みりん 塩 こしょう ケチャップ ソース 和風だし 醤油 ソース 塩 こしょう 塩 こしょう
24	火	ごはん エビフライ▲○ ロールキャベツ▲ スパゲティソテー▲ ブロッコリーのガーリック炒め▲・フルーツ 野菜ゼリー	エビ 鶏肉 大豆粉 竹輪	キャベツ 玉葱 人参 玉葱 人参 ビーマン ブロッコリー パプリカ にんにく りんご	米 パン粉 小麦粉 油 パン粉 油 コーンスターチ スパゲティ 砂糖 油 油 野菜ゼリー	塩 塩 酒 チキンブイヨン ケチャップ 塩 こしょう 醤油 塩 こしょう
25	水	ごはん (なめし) 鶏肉のすき煮 さつま芋の天ぷら▲ 青菜の和え物 花がんも煮 フルーツ	鶏肉 大豆たん白く 花がんも	玉葱 人参 生姜 ほうれん草 もやし 白桃缶	米 砂糖 さつま芋 パン粉 小麦粉 でん粉 油 砂糖 砂糖	なめしの素 和風だし 醤油 和風だし 醤油
26	木	ごはん イカカツ▲ 粉ふき手 野菜ソテー 胡瓜の中華和え フルーツ	イカ 青のり 鶏肉	にんにく パセリ粉 キャベツ 人参 もやし もやし 胡瓜 パプリカ ハイン缶	米 油 パン粉 小麦粉 でん粉 じゃが芋 とうもろこし 油	醤油 塩 中華味 塩 こしょう 中華味 醤油
27	金	ゆかりおにぎり 肉団子の甘酢あんかけ ブロッコリー 春雨ソテー おからポテト フルーツ	鶏肉 豚肉 大豆粉 おから 豆乳	玉葱 人参 ビーマン ブロッコリー 人参 玉葱 ビーマン りんご	米 じゃが芋 砂糖 でん粉 油 片栗粉 春雨 砂糖 油 じゃが芋 でん粉 油	ゆかり粉 酢 醤油 香辛料 ケチャップ 塩 醤油 中華味 塩 こしょう 塩 香辛料
30	月	ごはん 鶏の竜田揚げ▲ ハムステーキ 金平ごぼう 鶏腿の味噌炒め フルーツ	鶏肉 ハム 味噌	生姜 にんにく ごぼう 人参 鶏腿 パプリカ みかん缶	米 砂糖 でん粉 コーンミール 小麦粉 油 砂糖 油 砂糖 油	醤油 塩 香辛料 和風だし 醤油 和風だし

☆食材仕入れの都合により多少変更することがございます。

☆アレルギー物質(特定原材料7品目)を含む献立は右の印にて表示しています。卵…● 乳…■ 小麦…▲ そば…▽ 落花生…◎ えび…○ かに…□