



# 9がつ こんだてよていひょう



2020年

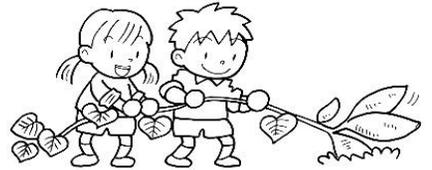
成田市学校給食センター大栄分所[幼稚園]

| 日  | 曜日 | 献立名   |   |                | 主な材料とその働き                                |              |                       |   |                             |                      |
|----|----|-------|---|----------------|--|--------------|-----------------------|---|-----------------------------|----------------------|
|    |    | 主食    | 副食  | デザート<br>その他    | 体をつくる<br>もとなる                            |              | 体の調子を整えるもとなる          |   | エネルギーの<br>もとなる              |                      |
|    |    |       |   |                | たんぱく質                                    | 無機質          | ビタミン                  |   | 炭水化物                        | 脂質                   |
| 4  | 金  |       | ぶたにくのみそふうみやき<br>かきたまじる<br>じゃがいものきんぴら            |                | ぶた肉 みそ<br>とうふ なた<br>たまご さつまあげ            | わかめ          | にんじん<br>いんげん          | 玉ねぎ えのきたけ<br>ねぎ ごぼう                       | さとう<br>でん粉<br>じゃがいも         | ごま<br>油              |
| 7  | 月  |       | とりにくのみそマスタードやき<br>クラムチャウダー<br>ほうれんそうのピーナッツあえ    | なし             | とり肉 あさり<br>ベーコン<br>白花豆                   | 牛乳<br>大豆     | にんじん<br>パセリ<br>ほうれん草  | 玉ねぎ セロリ<br>キャベツ もやし<br>なし                 | さとう<br>はちみつ<br>じゃがいも        | バター<br>ピーナッツ         |
| 8  | 火  | ふりかけ  | ミネストローネ<br>ツナサラダ(ドレッシング)                        | みかん<br>ゼリー     | とり肉<br>ベーコン ツナ                           |              | にんじん<br>トマト           | キャベツ 玉ねぎ<br>セロリ きゅうり<br>グリーンピース<br>コーン    | さとう マカロニ<br>じゃがいも<br>ゼリー    | 油<br>ドレッシング          |
| 9  | 水  |       | にらまんじゅう<br>ジャーランドウフ<br>ちゅうかさ(ドレッシング)            |                | ぶた肉 みそ<br>あつあげ                           |              | にんじん<br>にら<br>きぬさや    | 玉ねぎ しいたけ<br>たけのこ もやし<br>きゅうり きくらげ<br>キャベツ | 小麦粉<br>さとう でん粉              | ごま油<br>ごま<br>ドレッシング  |
| 10 | 木  |       | あじのあげに<br>とうふのみそしる<br>ほうれんそうのじゃこあえ              |                | あじ ぶた肉<br>とうふ みそ                         | 小魚<br>のり     | にんじん<br>ほうれん草         | だいこん キャベツ<br>ねぎ もやし                       | でん粉<br>さとう                  | 油                    |
| 11 | 金  |       | チキンナゲット<br>ポークカレー<br>かんてんサラダ(ドレッシング)            | くるごまプリン        | とり肉 ぶた肉                                  | 大豆<br>わかめ    | にんじん<br>アスパラ          | 玉ねぎ きゅうり<br>コーン                           | プリン<br>じゃがいも<br>小麦粉         | 油<br>バター<br>ドレッシング   |
| 14 | 月  |       | とりにくのてりやき<br>なめこじる<br>さんしょくごまあえ                 | アーモンド<br>ごさかな  | とり肉 とうふ<br>油あげ みそ                        | 小魚           | ほうれん草<br>にんじん         | なめこ えのきたけ<br>玉ねぎ ねぎ<br>もやし                | さとう                         | ごま<br>アーモンド          |
| 15 | 火  | チャーメン | ぎょうざ<br>ごもくあんかけ<br>いかくんサラダ                      | とうげう<br>プリンタルト | ぶた肉 いか<br>えび いかくん<br>うずらたまご              |              | チンゲン菜<br>にんじん         | キャベツ もやし<br>玉ねぎ きくらげ<br>しいたけ きゅうり         | チャーメン<br>でん粉 小麦粉<br>さとう タルト | 油<br>ごま<br>ごま油       |
| 16 | 水  |       | ブルコギ<br>はるさめとちくわのスープ<br>チョレギサラダ                 | アセロラミルク<br>ゼリー | 牛肉 ちくわ                                   | わかめ<br>のり    | にんじん<br>にら<br>きぬさや    | 玉ねぎ しめじ<br>ねぎ キャベツ<br>きゅうり                | さとう<br>はるさめ<br>ゼリー          | ごま<br>ごま油<br>ドレッシング  |
| 17 | 木  |       | さけのさいきょうやき<br>さつまじる<br>きゅうりのなんばんづけ              | ヨーグルト<br>ゼリー   | さけ とり肉<br>油あげ みそ                         |              | にんじん                  | ごぼう<br>ねぎ きゅうり                            | ゼリー<br>さつまいも<br>さとう         | ごま<br>油              |
| 18 | 金  |       | そぼろごはんのぐ<br>けんちんじる<br>ゆかりあえ                     | おはぎ            | ぶた肉 とり肉<br>たまご 油あげ<br>とうふ                |              | にんじん<br>ほうれん草         | えだ豆 えのきたけ<br>だいこん ごぼう<br>ねぎ しいたけ<br>キャベツ  | さとう<br>さといも<br>おはぎ          | ごま                   |
| 23 | 水  |       | あげだしとうふのおろしあんかけ<br>にくじゃが<br>いそべあえ               | おこめの<br>パパロア   | とうふ<br>ぶた肉                               | のり           | にんじん<br>ほうれん草         | だいこん しめじ<br>玉ねぎ もやし<br>えだ豆                | さとう<br>じゃがいも<br>パパロア        | 油                    |
| 24 | 木  |       | おやこどんのぐ<br>さつまいものみそしる<br>おかかあえ                  |                | とり肉 かつおぶし<br>かまぼこ みそ<br>たまご 油あげ<br>高野とうふ |              | にんじん<br>ごまつな<br>きぬさや  | 玉ねぎ キャベツ<br>えのきたけ もやし<br>グリーンピース ねぎ       | さとう<br>さつまいも                | ごま<br>ごま油            |
| 25 | 金  |       | かつおごまフライ(ソース)<br>かぼちゃもちじる<br>ぶたにくとやきとうふのもの      | きよほう           | かつお とり肉<br>油あげ ぶた肉<br>とうふ                |              | にんじん<br>ごまつな<br>かぼちゃ  | だいこん<br>ねぎ 玉ねぎ ごぼう<br>しいたけ きよほう           | さとう<br>パン粉 小麦粉<br>じゃがいも     | 油<br>ごま              |
| 28 | 月  |       | いかのチリソース<br>にくだんごとはくさいのスープ<br>パンパンジーサラダ         | ヨーグルト          | いか たまご<br>とり肉 ぶた肉                        | わかめ<br>ヨーグルト | にんじん                  | 玉ねぎ はくさい<br>しいたけ ねぎ<br>もやし きゅうり           | でん粉<br>小麦粉<br>はるさめ          | 油<br>ごま油<br>ごま       |
| 29 | 火  |       | オムレツデミグラスソースかけ<br>こめこのシチュー<br>コールスローサラダ(ドレッシング) |                | たまご パン<br>ひよこ豆 ツナ                        | 牛乳<br>大豆     | にんじん<br>パセリ<br>ブロッコリー | 玉ねぎ しめじ<br>マッシュルーム<br>キャベツ コーン            | 米粉<br>さとう<br>じゃがいも          | 油<br>生クリーム<br>ドレッシング |
| 30 | 水  |       | とりのからあげ<br>すましじる<br>キャベツのしおこんぶあえ                | マスカット<br>ゼリー   | とり肉 とうふ<br>かまぼこ<br>かつおぶし                 | わかめ<br>こんぶ   | にんじん<br>ごまつな          | しいたけ ねぎ<br>キャベツ きゅうり                      | でん粉<br>ゼリー                  | 油<br>ごま<br>ごま油       |

※食材等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

## 秋の味覚を楽しみましょう

秋は、日本人の食生活に欠かせない米が収穫される季節です。また、かきやりんごなどの果物が実り、ぎんなんやくりなど、さまざまな秋の味覚を楽しむことができます。



今月の  
地元産

- 【さつまいも】植松和孝(大沼)
- 【ぶた肉】4日 飯田裕一(大栄十余三)
- 【梨】一畑田裕樹(名古屋)
- 【米粉】JA成田

