令和7年



9月 よていこんだてひょう 成田市美郷台小共同調理場 (小学校)

1			こんだてめい				りょうとはたらき			栄養価
別								エネルギーのもと		Iネルギー(kcal)
A	日日乳	しゅしょく					ビタミン			たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g
Description	2 火 〇	ごはん	みさとオリジナルカレー			にんじん	たまねぎ セロリ	でんぷん	サラダあぶら	767 24.6 24.1 2.5
D	3 水 〇	ごはん	おかかあえ	かつおぶし ぶたにく とうふ みそ	ぎゅうにゅう			しおこうじ さとう	ごま サラダあぶら	639 26,4 14,0
	4 木 〇	むぎごはん	ぽりぽりづけごまあえ	かつおぶし	ぎゅうにゅう	にんじん	たくあん ごぼう	きびざとう	ごま	687 17.5 17.0 2.0
日 日 日 日 日 日 日 日 日 日	5 金 〇	ごはん	ちゅうかサラダ ちゅうかスープ	ハム		チンゲンサイ	きゅうり もやし	でんぷん はるまきのかわ こむぎこ マロニー	なたねあぶら サラダあぶら	658 21.3 18.4 2.0
V ○ ツイストバン	3 月 〇	ごはん	わかめスープ	とりにく	ぎゅうにゅう わかめ	チンゲンサイ ピーマン	たけのこ たまねぎ	きびざとう	ごまあぶら	621 24.0 13.7
	9 火 〇	ツイストパン	コンソメスープ いもフライ 低1こ 高2こ			パセリ	なす キャベツ			542 21.3 20.8 2.7
大 ○ パニーレモン	0 水 0	わかめごはん	サムゲタンふうスープ		チーズ わかめ	にんじん チンゲンサイ	ながねぎ えのきたけ しいたけ もやし	しおこうじ さつまいも でんぷん		666 27.7 14.9 3.2
☆ ○ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □	1 木 〇		キャベツとベーコンのスープ	ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	コーン たまねぎ セロリ ながねぎ	はちみつ		576 17.5 28.0 3.0
V	2 金 〇	ごはん	フレンチサラダ	ハム	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	キャベツ きゅうり	しおこうじ はちみつ きびざとう		691 27.3 14.9 2.4
	6 火 〇	ツイストパン	ツナサラダ ベーコンとじゃがいものスープ	ツナ		にんじん		こむぎこ パンこ きびざとう じゃがいも	バター	755 24.3 41.4 2.8
★ ○ カナンカラー	7 水 〇	ごはん	しましまきゅうりのなんばんづけ きのこけんちんじる				きゅうり だいこん しいたけ えのきたけ			653 28.7 12.8 2.6
金 ○ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □	8 木 〇	あげパン	ころころスィートポテトのハニーサラダ	ベーコン		トマト	マッシュルーム	グラニューとう きびざとう さつまいも はちみつ こめこ	なたねあぶら サラダあぶら	679 23.4 23.0 2.2
日 O ごはん とうふとわかめのみそしる こうかっか あぶらあげ みぞう こまっな こま さらいとうからかかめのみそしる こうからかかののみそしる こうからかかののみそしる こうからかかののみそしる こうからからのから こうからからのから こうからから こうからから こうからから こうからから こうからから こうからから こうからから こうからから こうからから こうから こう	9 金 〇	ごはん	さつまいもじる こまつなののりあえ	あぶらあげ				さつまいも きびざとう グミ		776 22.5 21.7 2.1
A	2 月 〇	ごはん	とうふとわかめのみそしる	とうふ あぶらあげ みそ			たまねぎ もやし りんご だいこん	でんぷん こむぎこ さとう チョコ	サラダあぶら	743 26.0 18.2 2.2
大	4 水 〇	コーンライス	フレンチサラダ		ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん	コーン しょうが レモン きゅうり	こめ きびざとう		652 26.2 16.7 2.5
金 O むぎごはん タコライスのぐ タコライスのやさい ではいスープ	5 木 〇		みさとカレーパン	ぎゅうにく			にんにく ピーマン マッシュルーム キャベツ きゅうり	ペンネ パンきじ パンこ		667 29.5 27.3 2.0
日 O さつまいもいり にうれんそうのわふうサラダ さがにく あぶらあげ とうふ はんべん まゅうにゅう のり わかめ にんしん ほうれんそう でんぶん ささまいも しおこうじ きびぎとう でんぶん さとう ゼリー ジルバーのしおこうじやき かりかりカレーおまめさん もちいりむぎみそとんじる みぞ まゅうにゅう にんじん こまつな しょうが だいこん ごぼう ながねぎ かりかりカレーなまから がににく みぞく まゅうにゅう にんじん こまつな しょうが だいこん ごぼう ながねぎ マルぶん とう はんこうじ なたねあぶら こまあぶら 14	6 金 〇	むぎごはん	タコライスのやさい	ぎゅうにく		にんじん	キャベツ きゅうり	こめ むぎ マカロニ	サラダあぶら バター	713 28.7 22.0 2.7
メルバーのしおこうじやき カりかりカレーおまめさん かりかりカレーおまめさん もちいりむぎみそとんじる おたにく みそ カラ・フィー ひよこまめ おたにく カチマ カチマ カチマ カチマ カチマ カチマ カー・フィー カルバー ひよっまか はんじん こまうな だいこん こぼう ながねぎ オレンジ なたねあぶら こまあぶら 14	9月〇		ほうれんそうのわふうサラダ すましじる	あぶらあげ とうふ	のり	ほうれんそう		さつまいも しおこうじ きびざとう でんぷん	ごま サラダあぶら	648 26.2 15.6 2.2
1.	0 火 0	ごはん	かりかりカレーおまめさん	ひよこまめ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	ごぼう ながねぎ	こめ しおこうじ でんぷん		662 24.5 14.6
	献立は食材	購入の都合によ	 より、変更となる場合があります。	○学校配送は9日	3、16日のパン		学校給食摂取基準	(基準)		月平均
熱量: 650kcal 67							熱量:	650kcal		673
	なつ やす	あ せい) bo e 48		A.4					24.6 20.0

★9月分給食費の□座振替日(納付日)は10月31日です。

食塩相当量: 2.0g以下

脂質: 18.1g(範囲14.4~21.7g)

20.0

2.3