



# 8, 9月よていこんだてひょう



令和6年度

給食回数21回 安中市立磯部小学校

日	曜日	しゅしょく	のみもの	おかず	あか	みどり	きいろ	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	塩分 g
					血や肉をつくるもの	体の調子をよくするもの	カや体温になるもの				
28	水	ロールパン なすのミートソース スパゲティ	ぎゅう にゅう	コールスローサラダ	ぎゅうにゅう,ぶた にく,パルメザン チーズ	なす,たまねぎ,にんじん,ビー マン,しょうが,にんにく,キャ ベツ,きゅうり	パン,スパゲティ,オ リーブゆ,あぶら,さ とう	606	24.7	23.1	2.1
29	木	ごはん	ぎゅう にゅう	ぶたどん(具) かみかみあえ れいとうみかん	ぎゅうにゅう,ぶた にく,なると,ツナ	しょうが,たまねぎ,しらたき, チンゲンサイ,きりぼしだい こん,にんじん,きゅうり,みか ん	ごはん,さとう,ごま あぶら,ごま	644	28.6	21.1	2.1
30	金	むぎごはん	ジョア	なつやさいカレー マスカットゼリーのフルーツあえ	ジョア,ぶたにく, ぎゅうにゅう,パル メザンチーズ	にんじん,たまねぎ,かぼちゃ,な す,トマト,さやいんげん,ズッ キーニ,しょうが,にんにく,アッ プルソース,みかん,パイン	むぎ,ごはん,あぶら	615	21.3	14.9	2.2
2	月	ミルクパン	ぎゅう にゅう	やさいのクリームに こざかなサラダ	ぎゅうにゅう,とり にく,クリーム,パル メザンチーズ,ちり めんじやこ	にんじん,たまねぎ,きゃべつ, チンゲンサイ,こまつな,とう もろこし	パン,じゃがいも,あ ぶら,ごまあぶら	575	28.3	20.3	2.3
3	火	むぎごはん	ぎゅう にゅう	カルピススープ かんこくふうのりサラダ	ぎゅうにゅう,ぶた にく,たまご,やきの り	はくさい,キムチ,だいこん,に んじん,ねぎ,にら,しょうが, にんにく,しいたけ,キャベツ, きゅうり	むぎ,ごはん,ごまあ ぶら,さとう	613	22.4	24.5	2.7
4	水	せわりパン カレーやきそば	ぎゅう にゅう	シーザーサラダ	ぎゅうにゅう,ぶた にく,ハム,ツナ	たまねぎ,にんじん,ピーマン, もやし,キャベツ,きゅうり	パン,ちゅうかめん, あぶら,クルトン	585	25.3	22.7	2.4
5	木	わかめごはん	ぎゅう にゅう	こがねに てっこつサラダ	ぎゅうにゅう,ぶた にく,なまあげ,チー ス	にんじん,たまねぎ,こんにゃ く,たけのこ,こまつな,きりほ しだいこん	ごはん,じゃがいも, さとう,ごま,ごまあ ぶら	574	23.5	17.9	2.8
6	金	ごはん	ジョア	なつやさいのハヤシライス いかくんサラダ	ジョア,ぶたにく, ぎゅうにゅう,いか くんせい	にんにく,しょうが,なす,ズッ キーニ,たまねぎ,にんじん,ト マト,だいこん,きゅうり,セロ リ	ごはん,じゃがいも, あぶら,さとう	583	22.2	15.2	2.4
9	月	パーカーハウス	ぎゅう にゅう	さけフライ うめタルソース ポトフ	ぎゅうにゅう,ウイ ンナー,さけフライ, たまご	にんじん,たまねぎ,キャベツ, さやいんげん,しめじ,うめ	パン,じゃがいも,あ ぶら,ノンエッグマ ヨネーズ	613	24.4	27.4	3.0
10	火	ごはん	ぎゅう にゅう	ハンバーグおろしソース こまつなサラダ とうがんじる	ぎゅうにゅう,とり にく,ツナ	だいこん,たまねぎ,にんにく, とうがん,にんじん,ねぎ,こまつ な,きゅうり,キャベツ,レモ ン	ごはん,さとう,じゃ がいも,オリーブゆ	611	27.7	20.5	2.4
11	水	ゆめロール ジャージャーめん (パックめん)	ぎゅう にゅう	やさいのちゅうかあえ	ぎゅうにゅう,ぶた にく	ねぎ,ほししいたけ,しょうが, にんにく,きゅうり,もやし,た まねぎ	パン,ちゅうかめん, あぶら,さとう,ごま あぶら,ごま	646	28.7	21.8	3.3
12	木	ごはん	ぎゅう にゅう	さばのおかかに いそに おひたし	ぎゅうにゅう,さば, だいす,とりにく,ひ じき,あぶらあげ	にんじん,こんにゃく,こまつ な,もやし	ごはん,さとう,あぶ ら,ごま	577	25.2	19.7	1.9
13	金	ごはん	ぎゅう にゅう	なすいりマーボー豆腐 はるさめサラダ	ぎゅうにゅう,とう ふ,ぶたにく	にんじん,なす,ねぎ,ピーマ ン,しょうが,にんにく,たけの こ,ほししいたけ,キャベツ, きゅうり	ごはん,さとう,かた くりこ,あぶら,はる さめ,ごま	599	26.5	19.5	2.4
15	十五夜献立										
17	火	ごはん	ぎゅう にゅう	やきつくね ごまマヨネーズあえ おつきみじる	ぎゅうにゅう,つく ね,とりにく	だいこん,にんじん,たまねぎ, ねぎ,こまつな,キャベツ,とう もろこし	ごはん,さといも,ノ ンエッグマヨネー ズ,さとう,ごま	579	23.1	19.4	2.0
18	水	バターロール きつねうどん	ぎゅう にゅう	しょうしゅうきんぴら おはぎ	ぎゅうにゅう,あぶ らあげ,とりにく,な ると,ぶたにく,ちく わ	にんじん,ねぎ,ほししいたけ, ごぼう,たけのこ,しらたき	パン,うどん,さとう, ごま,ごまあぶら,お はぎ	632	28.4	23.9	3.0
19	木	ごはん	ぎゅう にゅう	ユーリンチー さんしょくづけ サンラータン	ぎゅうにゅう,とり にく,とうふ,たまご	しょうが,ねぎ,にら,にんじ ん,ほししいたけ,だいこん, きゅうり	ごはん,かたくりこ, あぶら,さとう,ごま あぶら,ごま	642	29.0	24.1	2.8
20	金	ごはん	ぎゅう にゅう	シーフードカレー だいこんサラダ	ぎゅうにゅう,えび, いか,ほたて,パルメ ザンチーズ,ツナ	にんじん,たまねぎ,しょうが, にんにく,アップルソース,だ いこん,きゅうり	ごはん,じゃがいも, あぶら,さとう	603	22.9	19.9	3.0
24	火	とりめし	ジョア	じゃがいものしょうがに あさづけ	とりにく,ジョア,ぶ たにく,なまあげ	しょうが,にんじん,たまねぎ, さやいんげん,もやし,キャベ ツ,だいこん,きゅうり	むぎ,ごはん,さとう, じゃがいも,ごま	575	24.0	10.7	2.4
25	水	せわりコッペパン	ぎゅう にゅう	ウインナーのケチャップソースがけ だいすとツナのサラダ ミートボールのコンソメスープ	ぎゅうにゅう,ウイ ンナー,だいす,ツナ	にんじん,たまねぎ,キャベツ, とうもろこし,えだまめ,きゅ うり	パン,あぶら,さとう, ごまあぶら	596	25.1	28.5	3.7
26	木	ごはん	ぎゅう にゅう	ぎょうざ(2こ) チンジャオロースー なめこのちゅうかスープ	ぎゅうにゅう,ぶた にく,なると	ピーマン,あかピーマン,にん じん,たけのこ,なめこ,ねぎ, にら,たまねぎ	ごはん,さとう,ごま, かたくりこ,あぶら, ごまあぶら	579	23.0	17.6	2.8
27	金	ごはん	オレンジ ジュース	ぶたにくのうめみそかけ おんやさいサラダ そうめんじる	ぶたにく,とりにく	にんじん,ねぎ,かぼちゃ,さや いんげん	ごはん,さとう,そう めん,じゃがいも,ノ ンエッグマヨネー ズ,うめジャム	597	22.4	17.6	1.9

※材料購入等の都合により献立を変更する場合があります。

※9月分の給食費は9月25日(水)に引き落としになります。

磯部小学校ホームページ  
給食室のページもぜひご覧  
ください◎



月平均	611	24.8	21.5	2.6
基準値	650	27.5	18.5	2.0



**9月の地場産物** (献立表下線の食材)  
JA: 米, たまねぎ, トマト, なす, ねぎ  
安総: たまねぎ, じゃがいも 秋間梅林: カリカリ梅