



9月こんだて表

令和8年9月号
中学校
日野町教育委員会

日曜日	スプーン	献立名		たんぱく質	無機質	炭水化物	脂質	ビタミン
2水		牛乳	麦ご飯	夏野菜カレー マカロニサラダ	豚肉 ツナ	牛乳 米 大麦 マカロニ	油 カレールウ マヨネーズタイプドレッシング	にんにく しょうが たまねぎ ズッキーニ なす かぼちゃ トマト ブロッコリー とうもろこし
3木		牛乳	ご飯	高野豆腐のどぼろけ 切干大根のみそ汁	鶏肉 高野豆腐 卵 豚肉 みそ	牛乳 米 砂糖		防災の日献立 しょうが さやいんげん 切干大根 たまねぎ にんじん ごぼう ねぎ こんにゃく
4金		牛乳	ご飯	さばのみそ煮 キャベツのゆかりあえ 冬瓜汁	さば みそ 鶏肉	牛乳 米 砂糖 でんぷん		しょうが キャベツ きゅうり 赤しそ 冬瓜 にんじん ねぎ しめじ しょうが
7月		牛乳	麦ご飯	鶏の唐揚げレモン味 もやしの中華あえ わかめスープ	鶏肉 豆腐	牛乳 米 大麦 でんぷん 砂糖	油 ドレッシング ごま油	レモン もやし にんじん きゅうり たまねぎ しめじ にんじん
8火		牛乳	ご飯	豚じゃが キャベツのかつお和え 納豆	豚肉 かつおぶし 納豆	牛乳 米 じゃがいも 砂糖		にんじん たまねぎ こんにゃく さやいんげん キャベツ 小松菜
9水		牛乳	麦ご飯	回鍋肉 トッポギスープ	豚肉 みそ 鶏肉	牛乳 米 大麦 砂糖 でんぷん トッポギ	油	たまねぎ キャベツ ビーマン にんじん にんにく しょうが チンゲンサイ たまねぎ にんじん
10木		牛乳	ソフトめん	きつねうどん汁 さつまいもの天ぷら ブロッコリーのごまあえ	鶏肉 油揚げ かまぼこ	牛乳 ソフトめん 砂糖 さつまいも 天ぷら粉	油 ごま	図書クラブ給食「おぼけのてんぷら」 しいたけ たまねぎ にんじん ねぎ ブロッコリー
11金		牛乳	麦ご飯	千草焼き れんこんの甘辛炒め 豚汁	卵 ツナ おから さつま揚げ 豚汁 豆腐 みそ	牛乳 米 大麦 砂糖	ごま ごま油	ほうれん草 れんこん にんじん こんにゃく にんじん 大根 ねぎ
14月		牛乳	ご飯	さんまのかば焼き ごぼうのしじりしめじ和え さといものみそ汁	さんま 豆腐 油揚げ みそ	牛乳 ひじき さといも	油 ごま マヨネーズタイプドレッシング	ごぼう 赤こんにゃく 小松菜 しそ にんじん たまねぎ ねぎ
15火		牛乳	ミニコッペパン	なすとトマトのスパゲティ コールスローサラダ	豚肉	牛乳 パン スパゲティ 砂糖	オリーブ油 ドレッシング	なす たまねぎ にんじん ビーマン トマト にんにく キャベツ とうもろこし
16水		牛乳	五目チャーハン	肉団子の甘酢がらめ チンゲンサイのスープ	卵 焼き豚 肉団子 豆腐	牛乳 米 砂糖 でんぷん	ごま油	たけのこ にんじん たまねぎ チンゲン菜 にんじん とうもろこし しめじ
17木		牛乳	ご飯	さけの日野菜マヨ焼き 茎わかめのきんぴら じゃがいものみそ汁	さけ 豚肉 豆腐 油揚げ みそ	牛乳 米 砂糖 砂糖 じゃがいも	マヨネーズタイプドレッシング 油	ひのなちゃんの日 日野菜 赤こんにゃく たまねぎ にんじん ねぎ
18金		牛乳	麦ご飯	厚揚げの肉みそかけ キャベツの塩こうじ炒め かきたま汁	厚揚げ 豚肉 みそ さつま揚げ 卵 かまぼこ	牛乳 米 大麦 砂糖 でんぷん	油	しょうが キャベツ にんじん たまねぎ しめじ にんじん ねぎ
24木		牛乳	中華めん	とんこつラーメン汁 揚げぎょうざ ピリ辛きゅうり	豚肉 かまぼこ ぎょうざ	牛乳 中華めん 砂糖	油 ごま油	たまねぎ もやし キャベツ にんじん ねぎ とうもろこし きゅうり
25金		牛乳	ご飯	さといもの煮物 かりかりあえ みだらし団子 ふいかけ	鶏肉 厚揚げ	牛乳 米 砂糖 でんぷん さといも 白玉 砂糖 でんぷん		十五夜献立 しょうが たまねぎ にんじん こんにゃく 枝豆 キャベツ 小松菜 つば漬け
28月		牛乳	麦ご飯	豚キムチ 春雨スープ	豚肉 鶏肉	牛乳 米 大麦 砂糖 春雨	油 ごま油	にんにく しょうが キムチ チンゲンサイ たまねぎ たまねぎ にんじん しめじ ねぎ
29火		牛乳	きなこ揚げパン	イタリアンサラダ 鶏肉と大豆のトマト煮	きなこ 鶏肉 大豆	牛乳 パン 砂糖 じゃがいも 砂糖	油 ドレッシング オリーブ油	キャベツ きゅうり とうもろこし たまねぎ にんじん トマト にんにく
30水		牛乳	麦ご飯	ポークしょうまい ナムル 麻婆豆腐	ポークしょうまい 豚肉 豆腐 みそ	牛乳 米 大麦 でんぷん 砂糖	ドレッシング 油 ごま油	もやし こまつな にんじん にんにく しょうが たまねぎ 白ねぎ

★材料・学校行事の都合により、献立を変更することもありますのでご了承ください。♥スプーンマークの付いた日は、スプーンを持ってくるとよい給食です。
お願い：9月分の給食費の口座振替日は、8月31日(月)です。9月分の再振替日は9月15日(火)です。口座残高の確認をお願いします。

