

日・曜	こんだて *きゅうにゆうは、まいにちつきます。 (「あかのたべもの」です。)	つかわれているしょくひんとおもなはたらき			調味料	献立のお知らせ
		あかのたべもの おもにからだをつくる もとなるもの	みどりのたべもの おもにからだのちょうしを ととのえるもの	きいろのたべもの おもにエネルギーの もとなるもの		
8/28木	ミルクしょくパン			パン		今月の給食について 立秋も過ぎ、暦の上ではもう秋ですが、まだまだ暑さは続きそうです。 8月・9月は、引き続き暑い中でも食べやすいよう香辛料や酸味を生かしたメニューを多く取り入れています。 また、さんまやきのこなど、秋においしい食品をとりいれて、少しずつ秋の気配を感じられるような献立を心がけています。 しっかり食べて、残暑を乗り切りましょう。   ●今月の地場産物・県産品 米、麦、牛乳、ねぎ、もやし、しめじ、えのきたけ こんにゃく、はちみつ  世界の料理 9月は「インド」 「ナン」 おもに北インドで食べられる平たいパンです。 「キーマカレー」 ひき肉のカレーです。「キーマー」という言葉には、細切れ肉またはひき肉の意味があります。 インド料理の特徴は、なんといってもスパイス。インドでは、その日の体調や気候、使う食材などに合わせて、辛みや香りなど色々な特徴あるスパイスを使い分けるそうです。 
	じゃがいものスープ	ベーコン	にんじん こまつな たまねぎ	じゃがいも なたねあぶら	野菜ブイヨン 醤油 塩 こしょう	
	ミートボールのトマトに	ぶたにく とりにく	にんじん トマト たまねぎ えだまめ コーン にんにく	でんぷん さとう オリーブオイル	トマトケチャップ こしょう ナツメグ ウスターソース 酒 野菜ブイヨン 塩	
	フルーツミックスナタデココ		みかん おうとう パイナップル	ナタデココ		
8/29金	しろごはん			こめ		
	たまねぎのみそしる	あぶらあげ こめみそ	にんじん ねぎ たまねぎ えのきたけ		いりこ	
	あつやきたまご	たまご		さとう でんぷん しょくぶつゆ	塩 かつお節	
	ごもくきんぴら	ぶたにく ひらてん	にんじん ごぼう たけのこ	さとう ごま ごまあぶら なたねあぶら	醤油 みりん 唐辛子	
9/1月	しろごはん			こめ		
	とうふのすましじる	とうふ	にんじん ねぎ たまねぎ えのきたけ		だし昆布 醤油 かつお節 塩	
	さばみそに	さば みそ		さとう でんぷん	酒	
	くきわかめのきんぴら	ひらてん くきわかめ	にんじん ごぼう こんにゃく	さとう なたねあぶら ごま	醤油 酒 唐辛子	
9/2火	ロールパン			パン		
	スパゲティミートソース	ぶたにく	にんじん トマト たまねぎ トマトピューレ マッシュルーム	スパゲティ オリーブオイル なたねあぶら	トマトケチャップ ウスターソース コンソメ ワイン 塩 こしょう	
	かぼちゃオムレツ	たまご とりにく	かぼちゃ	でんぷん さとう こめあぶら	醤油 みりん 塩 酢	
	イタリアンサラダ		にんじん きゅうり キャベツ	はちみつ オリーブオイル	酢 塩 こしょう	
3水	しそごはん		しそ	こめ むぎ さとう	塩	
	ちゅうかスープ	ぶたにく	ねぎ キャベツ たけのこ きくらげ		中華スープ 醤油 塩 こしょう	
	ごぼうバーグ	とりにく だいず	たまねぎ ごぼう	パンこ さとう ごまあぶら	醤油 みりん 塩	
	やめちゃムース			ムース		
4木	しろごはん			こめ		
	なすのぶたじる	ぶたにく あぶらあげ こめみそ	にんじん ねぎ なす たまねぎ えのきたけ		いりこ	
	さんまかぼすレモンに	さんま	かぼす レモン	さとう でんぷん	醤油 みりん 塩	
	ハリハリいため	ハム	にんじん きりぼしだいこん えだまめ	さとう ごま なたねあぶら	酢 醤油 こしょう	
5金	せわりコッペパン			パン		
	キャベツとにくだんごの スープ	ぶたにく とりにく	にんじん こまつな キャベツ たまねぎ しめじ にんにく	でんぷん さとう	醤油 こしょう 野菜ブイヨン 塩 ナツメグ 酒	
	ウインナー	ウインナー				
	ツナポテサラダ	ツナ	きゅうり コーン	じゃがいも ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル	酢 塩 こしょう	
8月	むぎごはん			こめ むぎ		
	ハヤシルウ	ぶたにく	にんじん トマトピューレ たまねぎ マッシュルーム	ハヤシルウ なたねあぶら	デミグラスソース ウスターソース 塩 ワイン こしょう	
	ほうれんそうとコーンの ソテー		ほうれんそう コーン	オリーブオイル	醤油 塩	
	ヨーグルト	ヨーグルト				
9火	むぎごはん			こめ むぎ		
	ごもくじる	とりにく とうふ	にんじん ねぎ ごぼう たけのこ ほししいたけ		醤油 だし昆布 酒 かつお節 塩	
	いわしカリカリフライ	いわし	しょうが	じゃがいも こめこ でんぷん さとう なたねあぶら	酒 塩 こしょう	
	やまかわづけ		だいこん	さとう	醤油 塩 唐辛子	
10水	ナン	インドの料理		ナン		
	だいずのキーマカレー	ぶたにく だいず	にんじん トマト たまねぎ しょうが にんにく えだまめ マッシュルーム	カレールウ ハヤシルウ なたねあぶら	トマトケチャップ ウスターソース 塩 シャンタンスープ	
	かぼちゃコロッケ		かぼちゃ たまねぎ	じゃがいも パンこ こむぎこ でんぷん さとう なたねあぶら	塩	
	やさいサラダ		キャベツ きゅうり コーン	ごまドレッシング		
11木	しろごはん			こめ		
	もやしスープ	ベーコン かまぼこ	にんじん ねぎ もやし ほししいたけ	はるさめ	野菜ブイヨン 塩 醤油 こしょう	
	ぶたにくのあまずいため	ぶたにく	ピーマン にんじん たまねぎ たけのこ きくらげ	さとう でんぷん なたねあぶら	醤油 酢 塩 酒	
	えだまめ		えだまめ		塩	

日・曜	こんだて *ぎゅうにゆうは、まいにちつきます。 （「あかのたべもの」です。）	つかわれているしょくひんとおもなはたらき			調味料	献立のお知らせ
		あかのたべもの おもにからだをつくる もとになるもの	みどりのたべもの おもにからだのちょうしを ととのえるもの	きいろのたべもの おもにエネルギーの もとになるもの		
12金	しろごはん			こめ		しっかり手洗い 食事の前には、 石けんで手を洗い 食中毒や感染症を 予防しましょう！ 
	もずくのすましじる	もずく かまぼこ	ねぎ たまねぎ えのきたけ		だし昆布 醤油 かつお節 塩	
	さばしょうがに	さば	しょうが	さとう でんぷん	醤油 酢 酒 だし昆布	
	こまつなのごまあえ		こまつな にんじん	さとう ごま ごまあぶら	醤油	
16火	よこわりまるパン			パン		郷土料理 9月は 「熊本県」  「タイピーエン」 熊本県のご当地グル メで、春雨がスープに たっぷり入った料理で す。もともとは、中国 の料理ですが、熊本県 でアレンジされ、よく 食べられるようになりました。 「高菜の油炒め」 熊本県の特産物のひ とつである高菜は、阿 蘇地方で多く栽培され ています。給食では高 菜の漬物を油炒めにし ています。ご飯にかけ て食べましょう。 
	ミネストローネ	ベーコン	にんじん トマト たまねぎ にんにく	マカロニ しろいんげんまめ じゃがいも オリーブオイル	トマトケチャップ 塩 こしょう コンソメ	
	チキンてりやきパティ	とりにく だいず	たまねぎ しょうが にんにく りんご	パンこ さとう でんぷん コーンスターチ	醤油 酒 パプリカ 塩 オールスパイス こしょう	
	スライスチーズ	チーズ				
17水	むぎごはん			こめ むぎ		8・9月平均栄養価 エネルギー 599kcal たんぱく質 23.2g 脂質 20.2g 栄養基準値（中学年） [650] [26.8] [18.1]
	はっぼうさい	ぶたにく いか えび かまぼこ	にんじん たまねぎ キャベツ たけのこ きくらげ	でんぷん なたねあぶら	中華スープ 醤油 酒 塩 こしょう	
	やきぎょうざ	とりにく ぶたにく だいず	にら キャベツ たまねぎ	こむぎこ でんぷん こめこ さとう なたねあぶら ごまあぶら ラード	オイスターソース 醤油 酒 塩 こしょう	
	しらすふりかけ	しらすぼし のり わかめ		さとう ごま	塩	
18木	しろごはん			こめ		給食回数 8月(2回)、9月(20回) 給食用物資等の都合により、献 立やしよく材料の一部を変更する ことがあります。
	いそべに	とりにく ひらてん くきわかめ	にんじん ごぼう こんにやく	さとう じゃがいも なたねあぶら	醤油 酒 みりん	
	ねぎいりたまごやき	たまご	ねぎ	でんぷん さとう しょくぶつゆ	醤油 塩 かつお節 いりこ	
	あさづけ		にんじん きゅうり	ごまあぶら	醤油 塩	
19金	せわりコッペパン			パン		給食回数 8月(2回)、9月(20回) 給食用物資等の都合により、献 立やしよく材料の一部を変更する ことがあります。
	ラビオリスープ	ベーコン ぶたにく	にんじん こまつな たまねぎ しめじ	こむぎこ パンこ でんぷん なたねあぶら	コンソメ 塩 こしょう	
	チリコンカン	だいず ぶたにく	にんじん トマトペースト たまねぎ	さとう オリーブオイル	トマトケチャップ 野菜ブイヨン ウスターソース 塩 チリパウダー	
	フライドポテト			じゃがいも なたねあぶら	塩	
22月	むぎごはん	熊本県の料理		こめ むぎ		給食回数 8月(2回)、9月(20回) 給食用物資等の都合により、献 立やしよく材料の一部を変更する ことがあります。
	タイピーエン	ぶたにく えび	にんじん チンゲンサイ キャベツ しょうが きくらげ	はるさめ ごまあぶら	中華スープ 塩 醤油 酒 こしょう	
	あじフライ	あじ		パンこ こむぎこ なたねあぶら	塩	
	たかなのあぶらいため	しらすぼし	たかなづけ	さとう ごま ごまあぶら	醤油	
24水	しろごはん			こめ		給食回数 8月(2回)、9月(20回) 給食用物資等の都合により、献 立やしよく材料の一部を変更する ことがあります。
	みだくさんみそしる	あつあげ こめみそ	にんじん ねぎ たまねぎ ごぼう えのきたけ		いりこ	
	さばみぞれに	さば	だいこん	さとう でんぷん	醤油 酢 酒 だし昆布	
	やきのり	のり				
25木	キャロットパン			パン		給食回数 8月(2回)、9月(20回) 給食用物資等の都合により、献 立やしよく材料の一部を変更する ことがあります。
	せんぎりやさいのスープ	ベーコン	ほうれんそう にんじん たまねぎ	じゃがいも なたねあぶら	醤油 塩 こしょう シャンタンスープ 野菜ブイヨン	
	スパイシーチキン	とりにく	にんにく	さとう ノンエッグマヨネーズ	トマトケチャップ 塩 コンソメ カレー粉 こしょう	
	キャベツのサラダ		にんじん キャベツ	さとう オリーブオイル	醤油 酢	
26金	むぎごはん			こめ むぎ		給食回数 8月(2回)、9月(20回) 給食用物資等の都合により、献 立やしよく材料の一部を変更する ことがあります。
	ジャーチャンどうふ	ぶたにく あつあげ 赤みそ	にんじん たまねぎ たけのこ ほししいたけ にんにく しょうが	さとう でんぷん なたねあぶら	醤油 酒 豆板醤	
	シューマイ	ぶたにく	たまねぎ しょうが	パンこ こむぎこ でんぷん さとう	塩 こしょう	
	こざかなつくだに	かなぎ		さとう	塩	
29月	むぎごはん			こめ むぎ		給食回数 8月(2回)、9月(20回) 給食用物資等の都合により、献 立やしよく材料の一部を変更する ことがあります。
	じゃがいものそぼろに	とりにく あつあげ	にんじん たまねぎ えだまめ こんにやく	じゃがいも さとう なたねあぶら	醤油 みりん 酒	
	さんまおかかに	さんま かつおぶし		さとう でんぷん	醤油 みりん 塩	
	ふくじんづけ		しそ だいこん きゅうり なす れんこん しょうが	さとう	醤油 酢 塩	
30火	こくとうしょくパン			パン		給食回数 8月(2回)、9月(20回) 給食用物資等の都合により、献 立やしよく材料の一部を変更する ことがあります。
	たまごとコーンのスープ	たまご	にんじん こまつな たまねぎ コーン	でんぷん	中華スープ 塩 醤油 こしょう	
	ミートボールのトマトに	ぶたにく とりにく	にんじん トマト トマトペースト たまねぎ マッシュルーム えだまめ にんにく	でんぷん さとう オリーブオイル	トマトケチャップ こしょう ウスターソース ナツメグ 野菜ブイヨン 酒 塩	
	さつまポテト			さつまいも さとう なたねあぶら だいずあぶら	みりん 塩	