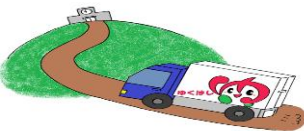
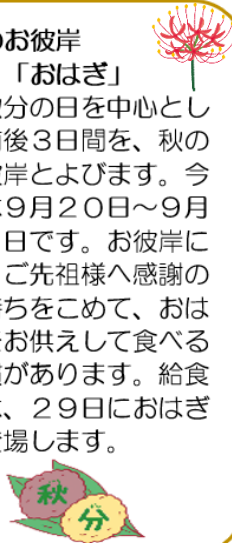


日・曜	献立 *牛乳は 毎日つきます。 (2群)	使われている食品と主な働き						調味料	献立のお知らせ	
		主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる				
		1群 魚、肉、卵、豆、豆製品	2群 牛乳、乳製品、小魚、海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜、果物、 (きのこ、こんにゃく)	5群 穀類、いも類、砂糖	6群 油脂、(種実)			
1火	麦ご飯	防災の日					米 麦			 9月1日は 防災の日 命を守るために、災害を知って災害 に対処する力を身につけましょう。 非常用
	キャベツとつくねの すまし汁	鶏肉 大豆		人参 ねぎ	キャベツ 玉ねぎ れんこん ごぼう	里芋 砂糖 でんぷん	ラード	だし昆布 かつお節 酒 醤油 塩		
	白身魚のみそマヨ焼き	ホキ 米みそ					ノンエッグマヨネーズ	塩 こしょう 酒		
	昆布佃煮		昆布			砂糖		醤油 魚介エキス		
2水	横割り丸パン					パン				今月の給食について まだまだ暑さが続く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、さんまやなす、 きのこなど、旬の食材をと りいれて秋の気配を感じ られるような献立を心が けています。 福岡県の県産ブランドを 活用した食育推進事業で、 博多和牛が無償提供され ます。おいしい福岡 県のブランド牛を 味わって食べてく ださい。 
	スライスチーズ		チーズ							
	ミネストローネ	ベーコン		人参 トマト	にんにく 玉ねぎ	じゃが芋 星の Pasta (小麦不使用)	オリーブオイル	コンソメ トマトケチャップ 塩 こしょう		
	チキン照り焼きパティ	鶏肉 大豆		人参	にんにく 玉ねぎ 生姜 りんご	パン粉 でんぷん コーンスターチ 砂糖	油	パプリカパウダー オールスパイス 醤油 塩 こしょう		
	キャベツとツナのサラダ	ツナ			キャベツ	砂糖	オリーブオイル	醤油 酢 塩 こしょう		
3木	白ご飯					米				
	豆腐と春雨のすまし汁	豆腐	若布	人参 ねぎ	えのきたけ	春雨		だし昆布 かつお節 醤油 塩		
	ホキの唐揚げ 甘酢あんかけ	ホキ		ねぎ		でん粉 砂糖	菜種油	こしょう 塩 酢 醤油		
	ひじきのカレー炒め煮	油揚げ	ひじき	人参		じゃが芋 砂糖	菜種油 ごま	カレー粉 醤油 野菜ブイヨン		
4金	麦ご飯	博多和牛無償提供					米 麦			
	実だくさんみそ汁	厚揚げ 米みそ		人参 ねぎ	玉ねぎ ごぼう えのきたけ			いりこ		
	博多和牛の牛丼	博多和牛			生姜 玉ねぎ	砂糖		かつお節 だし昆布 酒 みりん 醤油		
	いちごゼリー					ゼリー				
7月	ナン	インド料理					ナン			世界の料理 9月は 「インド」 
	大豆のキーマカレー	豚肉 大豆		人参 トマト	にんにく 生姜 玉ねぎ 枝豆 マッシュルーム		菜種油 カレールウ ハヤシルウ	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	玉ねぎ	小麦粉 パン粉 じゃが芋 でん粉 砂糖	菜種油	塩		
	キャベツの 野菜ドレッシング和え				キャベツ			野菜ドレッシング		
8火	麦ご飯						米 麦			
	五目汁	平天		人参 ねぎ	玉ねぎ 生姜 こんにゃく えのきたけ	でん粉		だし昆布 かつお節 酒 醤油 塩		
	きすの天ぷら	きす				小麦粉 でん粉	菜種油	塩		
	高菜の油炒め		白す干	高菜		砂糖	ごま油 ごま	醤油		
9水	白ご飯						米			
	ビーフンスープ	豚肉		人参 チンゲンサイ	もやし きくらげ	ビーフン		野菜ブイヨン 醤油 塩 こしょう		
	豚肉の甘酢炒め	豚肉		人参 ピーマン	玉ねぎ たけのこ きくらげ	砂糖 でん粉	菜種油	酒 塩 醤油 酢		
	枝豆				枝豆			塩		
10木	ミルクねじりパン						パン			
	千切り野菜のスープ	ベーコン		人参 ほうれん草	玉ねぎ	じゃが芋	菜種油	シャンタンスープ 野菜ブイヨン 醤油 塩 こしょう		
	パンブキンアンサンブルエッグ	鶏肉 卵		かぼちゃ		でん粉 砂糖	揚げ油	酢 醤油 みりん 塩 かつおだし		
	ツナとごぼうのソテー	ツナ		人参	ごぼう	砂糖	オリーブオイル ごま	こしょう 酢 醤油 ごまドレッシング		
11金	白ご飯(減量)						米			郷土料理は「長崎県」 「皿うどん」 長崎では、お祝い事の時 や人が集まった時に、皿うど んを大皿から取り分けてい ただきます。給食の揚げ麺 は、福岡県産の小麦粉 (ラー麦)を使って作られた ものです。 「温州みかん」 長崎県は全国の中でも 上位の生産量 を誇る温州み かんの産地です。 
	長崎県の郷土料理	豚肉 えび かまぼこ		人参 ねぎ	玉ねぎ たけのこ キャベツ 生姜 きくらげ	でん粉 揚げ麺	菜種油 ごま油	酒 中華スープ 塩 こしょう 醤油		
	皿うどん									
	シューマイ	豚肉			玉ねぎ 生姜	でん粉 小麦粉 砂糖		塩 こしょう		
14月	麦ご飯						米 麦			
	なすの豚汁	豚肉 油揚げ 米みそ		人参 ねぎ	玉ねぎ えのきたけ なす			いりこ		
	さんまみぞれ煮	さんま			大根	でん粉 砂糖		みりん 醤油 塩		
	きゅうりの梅和え			人参	きゅうり 梅	砂糖		酢 うめびしお		

日・曜	献立 *牛乳は 毎日つきます。 (2群)	使われている食品と主な働き						調味料	献立のお知らせ
		主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる			
		1群 魚、肉、卵、豆、豆製品	2群 牛乳、乳製品、小魚、海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜、果物、(きのこ、こんにゃく)	5群 穀類、いも類、砂糖	6群 油脂、(種実)		
15 火	背割りコッペパン					パン			
	キャベツと肉団子のスープ	鶏肉 大豆		人参 小松菜	キャベツ しめじ			こしょう 塩 醤油 野菜ブイヨン	
	ウインナー	ウインナー							
	ツナポテサラダ	ツナ			コーン きゅうり	じゃが芋	ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル	塩 こしょう 酢	
16 水	麦ご飯					米 麦			秋のお彼岸 「おはぎ」 秋分の日を中心とした前後3日間を、秋のお彼岸とよびます。今年 は9月20日～9月26日です。お彼岸には、ご先祖様へ感謝の気持ちをこめて、おはぎをお供えして食べる習慣があります。給食では、29日におはぎが登場します。 
	ハヤシルウ	豚肉		人参 トマト	玉ねぎ マッシュルーム		菜種油 ハヤシルウ	ワイン こしょう 塩 デミソース ウスターソース ハヤシルウ	
	ほうれん草とベーコンのソテー	ベーコン		ほうれん草	コーン		オリーブオイル	醤油	
	ヨーグルト		ヨーグルト						
17 木	白ご飯					米			
	ちゃんぽん味噌汁	豚肉 かまぼこ 米みそ		人参 ねぎ	玉ねぎ もやし キャベツ 生姜 きくらげ			いりこ	
	いわし平つくね	いわし スケトウダラ		ねぎ	玉ねぎ キャベツ 生姜	でん粉 砂糖	菜種油	魚醤 塩	
	ハリハリ炒め	ハム		人参	切干大根 枝豆	砂糖	菜種油 ごま	こしょう 醤油 酢	
18 金	県産小麦食パン					パン			
	いちじくジャム					ジャム			
	ラビオリスープ	ベーコン		人参	玉ねぎ キャベツ	ラビオリ	菜種油	コンソメ 塩 こしょう	
	グリルチキン	鶏肉			にんにく	砂糖	オリーブオイル	酒 醤油 みりん 塩 こしょう	
24 木	キャロットソテー	チキンハム		人参	にんにく		菜種油 ノンエッグマヨネーズ	塩 醤油 こしょう	旬魚 「もどりがつお」  かつおは、春と秋の年に2回、旬があります。秋の戻りがつおは、北の海でえさをたくさん食べて太って戻ってくるためあぶらがのってジューシーなのが特徴です。
	麦ご飯					米 麦			
	えび団子のすまし汁	えび スケトウダラ		人参 ねぎ 玉ねぎ	えのきたけ	春雨 でん粉 砂糖		だし昆布 かつお節 酒 醤油 塩 生姜ペースト	
	パット・ガパオ	豚肉 大豆		人参 ピーマン 赤ピーマン	生姜 にんにく 玉ねぎ	砂糖	菜種油	塩 こしょう 醤油 ウスターソース オイスターソース バジル	
25 金	豆乳プリン (乳・卵不使用)					プリン			
	白ご飯					米			
	里芋のみそ汁	豆腐 油揚げ 米みそ		人参 ねぎ	玉ねぎ	里芋		いりこ	
	いわしおかか煮	いわし かつお節				でん粉 砂糖		みりん 醤油 塩	
28 月	ごまボンサラダ		若布		キャベツ コーン かぼす	砂糖	ごま ごま油	本みりん 醤油	十五夜  ●今月の地場産物・県産品 米、麦、牛乳、ねぎ、きゅうり、えのきたけ、しめじ、はちみつ 
	キャロットパン					パン			
	スパゲティシチリアーナ	豚肉		人参 トマト	にんにく なす 玉ねぎ マッシュルーム	砂糖 スパゲティ	オリーブオイル 菜種油	ワイン 塩 こしょう カレー粉 デミグラスソース トマトケチャップ	
	ほうれん草オムレツ	卵		ほうれん草		でん粉 植物油		塩	
29 火	フルーツミックス アセロラジュレ				黄桃 みかん パイナップル	アセロラジュレ			9月平均栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 764kcal 28.2g 23.9g 栄養基準値 (中学生) [830] [34.2] [23.1] 9月給食回数 19回 給食用物資等の都合により、献立や食材料の一部を変更することがあります。
	白ご飯					米			
	つくね汁	鶏肉 大豆		人参 ねぎ	キャベツ ごぼう 玉ねぎ もやし れんこん	里芋 砂糖 でんぷん	ラード	だし昆布 かつお節 酒 醤油 塩	
	ホキ天玉揚げ	ホキ				小麦粉 でん粉	菜種油	塩	
30 水	昆布佃煮		昆布			砂糖		醤油 魚介エキス	
	おはぎ					おはぎ			
	麦ご飯					米 麦			
	玉ねぎのみそ汁	油揚げ 米みそ		人参 ねぎ	玉ねぎ えのきたけ			いりこ	
30 水	かつおコロコロフライ	かつお			生姜	砂糖 小麦粉 でん粉	菜種油	醤油	
	野菜のしそ和え		しそ	人参	キャベツ		ごま	醤油	