



# 9月分 学校給食予定献立表

日	曜	給食がない学校	献立名		使用する主な材料			栄養価	
			主 食	おかず	黄色の食品 (魚や肉になる)	赤色の食品 (血や肉になる)	緑色の食品 (体の調子を整える)	小 エネルギー kcal たんぱく質 g	中 エネルギー kcal たんぱく質 g
1	火		ごはん	あじフライ(ソース) さといものそぼろに ひきなじる	ごはん あぶら さといも さとう かたくりこ	あじ ぶたにく あぶらあげ みそ	にんじん たまねぎ しいたけ えだまめ だいこん ねぎ	652 25.9	817 30.5
2	水		しょくパン くろごま クリーム	ハムチーズいりたまごやき コーンポテト ミネストローネ	パン じゃがいも バター マカロニ オリーブゆ ごま さとう	ハム チーズ たまご ベーコン ひよこまめ	コーン たまねぎ パセリ にんじん セロリー キャベツ トマト	631 22.7	786 28.3
3	木	金中	むぎごはん	セルフぶたどん かみかみあえ てつぶんたっぶりみそしる	ごはん むぎ さとう あぶら ごまあぶら ごま	ぶたにく いか みそ わかめ あぶらあげ ひじき こおりどうふ	ごぼう たまねぎ こんにゃく えだまめ にんじん だいこん きゅうり ほうれんそう	619 28.6	779 33.8
4	金		ごはん	きびなごのかりかりフライ(2こ3こ) コールスローサラダ ハヤシシチュー	ごはん あぶら ドレッシング バター じゃがいも なまクリーム	きびなご ハム ぶたにく	キャベツ コーン たまねぎ にんじん	694 22.4	874 27.2
7	月		むぎごはん	さんまのかんろに すきこんぶとぶたにくのいためもの あぶらふりりのみそしる	ごはん さとう むぎ あぶら あぶらふ じゃがいも	さんま こんぶ ぶたにく とうふ みそ	こんにゃく にんじん だいずもやし だいこん ねぎ ほうれんそう	610 24.4	753 28.0
8	火	大中3年 金中3年	ごはん	わふうおろしハンバーグ まめまめサラダ はるさめスープ	ごはん ドレッシング はるさめ	とりにく ぶたにく だいず ツナ	だいこん しめじ えだまめ コーン もやし ねぎ にんじん たけのこ	660 28.1	838 34.2
9	水	大中3年 金中3年	バターロール パン	とりにくのパーベキューソースかけ キャベツのサラダ パンプキンポターシュ	パン あぶら さとう ドレッシング ごま なまクリーム バター	とりにく ハム	たまねぎ りんご キャベツ きゅうり にんじん コーン かぼちゃ	660 28.1	827 33.8
10	木	大中 金中3年	ごはん のりつくだに	だいずとごさかなのあげに ビーフソテー えびだんごのちゅうかスープ	ごはん さつまいも かたくりこ あぶら ごま さとう ビーフ ごまあぶら	だいず かたくちいわし ベーコン えび かんてん のり	キャベツ たまねぎ ピーマン にんじん ほうれんそう たけのこ ねぎ みずな	648 24.4	800 28.5
11	金	大中	わかめごはん	ねぎいりあつやきたまご あつあげのカレーに せんべいじる ぎよほう(2こ)	ごはん あぶら さとう せんべい	わかめ たまご ぶたにく あつあげ とりにく	ねぎ にんじん たまねぎ ピーマン ごぼう だいこん はくさい たもぎだけ ぎよほう	614 26.9	766 31.7
14	月	大中3年	むぎごはん	ショーロンポー(2こ) マーボーなす わかめスープ	ごはん むぎ さとう かたくりこ ごまあぶら ごま	ぶたにく わかめ とうふ みそ	なす たまねぎ にんじん えだまめ ねぎ みずな ほうれんそう	666 22.0	807 25.3
15	火		ごはん	ブロッコリーとコーンのサラダ ポークカレー なし	ごはん ドレッシング あぶら じゃがいも なまクリーム	ぶたにく	ブロッコリー コーン きゅうり たまねぎ にんじん なし	652 18.8	807 22.2
16	水	南小6年	こめこパン	トマトミートオムレツ まめとコーンのソテー クリームスパゲティ	パン こめこ オリーブゆ スパゲティ あぶら バター なまクリーム	たまご とりにく ウインナー	トマト コーン えだまめ たまねぎ キャベツ ほうれんそう マッシュルーム	678 29.7	867 37.2
17	木	大小 南小6年	むぎごはん	はるまき フルーツカクテルゼリー キムチなべ	ごはん むぎ あぶら ゼリー はるさめ	ぶたにく とうふ	もち みかん パイン はくさい なら ねぎ にんじん しめじ	679 20.6	864 24.6
18	金	大小	ごはん	しおこうじチキンカツ チャプチェ わかめとあつあげのみそしる	ごはん あぶら はるさめ ごまあぶら	とりにく ぶたにく わかめ あつあげ みそ	にんじん たけのこ ピーマン キャベツ ねぎ えのきたけ	658 30.4	825 36.3

※都合により献立・材料を変更する場合があります。献立表の太字の食材が町内産です。





日	曜	給食がない学校	献立名		使用する主な材料			栄養価	
			主 食	おかず	黄色の食品 (熱ゆがになる)	赤色の食品 (血や肉になる)	緑色の食品 (体の調子を揃える)	小 エネルギー kcal たんぱく質 g	中 エネルギー kcal たんぱく質 g
23	水		ソフトパン	ウインナーケチャップソースかけ ごぼうとツナのマヨサラダ ABCマカロニスープ とうにゅうプリン	パン さとう マヨネーズ マカロニ オリーブゆ	ウインナー ツナ とりにく とうにゅう	ごぼう きゅうり コーン たまねぎ にんじん キャベツ	664 22.2	841 27.7
24	木	金小	ごはん	さつまいものスティックあげ うましおキャベツ ジャージャン豆腐	ごはん さつまいも あぶら さとう ごまあぶら かたくりこ	こんぶ ぶたにく あつあげ	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ ねぎ にら たけのこ しいたけ	674 19.5	836 22.8
25	金		ごはん	しろみさかなフライ(ソース) にくじゃが かきたまじる	ごはん あぶら じゃがいも さとう かたくりこ	ほき ぶたにく なると とうふ たまご	たまねぎ にんじん こんにゃく えだまめ ほうれんそう えのきだけ しいたけ	641 28.5	802 34.0
28	月	大中金中	むぎごはん	ピピンバ(にくそぼろ) ピピンバ(ナムル) ちゅうかコーンたまごスープ	ごはん むぎ さとう ごまあぶら ドレッシング かたくりこ	ぶたにく だいず たまご かんてん	ほうれんそう だいずもやし にんじん ぜんまい たもぎだけ コーン チンゲンサイ	627 26.0	
29	火	大小	ごはん	さばのおしおやき キャベツのみそいため おくすかけ	ごはん あぶら さといも うーめん ふ かたくりこ	さば ぶたにく みそ あぶらあげ	キャベツ にんじん たけのこ ピーマン ねぎ こんにゃく しいたけ	648 27.7	802 32.4
30	水	大小5年	ミルクパン	やきぐりコロケ チキンとやさいのわふうサラダ ごもくうどん	パン あぶら くり ドレッシング うどん	とりにく ぶたにく うすらたまご あぶらあげ なると	きゅうり キャベツ にんじん たけのこ ほうれんそう ねぎ しいたけ	659 26.6	856 32.3

※都合により献立・材料を変更する場合があります。献立表の太字の食材が町内産です。

9月平均栄養価

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
小学校	652	25.2	21.0	364	2.5
中学校	818	30.0	24.5	404	3.1



学校給食使用食材検査結果 (事前調査)

測定日：毎週水曜日

※検出限界値10Bq/kg

測定日	食材名	産地	放射性ヨウ素 (ヨウ素131)	放射性セシウム (セシウム134)	放射性セシウム (セシウム137)
7/1	キャベツ	宮城県	不検出	不検出	不検出
7/8	キュウリ	宮城県	不検出	不検出	不検出
7/15	ハクサイ	長野県	不検出	不検出	不検出
7/29	ニンジン	北海道	不検出	不検出	不検出

学校給食使用食材検査結果 (事前調査)

測定日：毎週水曜日

※検出限界値10Bq/kg

測定日	食材名	産地	放射性ヨウ素 (ヨウ素131)	放射性セシウム (セシウム134)	放射性セシウム (セシウム137)
8/5	ニンジン	北海道	不検出	不検出	不検出