

2026年度 9月 帝塚山学院小学校 予定献立表

給食場	2・4年生	2・4年生	2・4年生	2・4年生	3・5年生	3・5年生		3・5年生	3・5年生	1・6年生
日・曜	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	14日(月)
献立名	ごはん 鰯の煮付け 野菜炒め けんちん汁	黒糖ロール チキンクリームシチュー かぼちゃサラダ 牛乳	ごはん 豚肉ときこのオイスターソース炒め 小松菜ともやしのナムル 豚ミンチと野菜の中華スープ	そばめし ブロッコリーとツナのごま和え 豆腐となめこのみそ汁 ヨーグルト(コアコア)	ごはん 豚肉じゃが ちくわのお好み揚げ なめことわかめのみそ汁	ごはん カレイのチリソースがらめ ひじきと大豆の煮物 かぼちゃとなすのみそ汁	お弁当の日	ごはん かに玉風塩あんかけ マーボー春雨 豆腐の中華スープ 白玉団子のきな粉がけ	パンズ 照り焼きチキン フライドポテト ホワイトミネストローネ 牛乳	ごはん ヘレカツ(おろしポン酢) マカロニサラダ なめことほうれん草の赤だし
材料名および使用量(g)	精白米 67 黄 * さば 1.25 赤 土生姜 1.2 緑 酒 9 砂糖 1 黄 みりん 1.7 濃口しょうゆ 1.25 赤 豚バラ 20 赤 玉ねぎ 20 緑 キャベツ 30 緑 さやいんげん 4 緑 にんじん 10 緑 ごま油 0.5 黄 みりん 3.75 濃口しょうゆ 4.5 にんにく 0.4 おろししょうが 0.4 * りんご 8 緑 コチュジャン 1.1 鶏ガラスープの素 0.1 豆腐 15 赤 にんじん 10 緑 * こんにやく(板) 4 黄 大根 15 緑 しいたけ 3 緑 万能ねぎ 2 緑 水 130 だし昆布 0.3 赤 かつお節 1.04 赤 だしの素 0.7 薄口しょうゆ 2 塩 0.4 酒 0.5 みりん 0.5 ごま油 0.5 黄	* NEG黒糖ロール 1.25 赤 鶏ももこまぎれ 55 赤 にんじん 10 緑 玉ねぎ 28 緑 じゃがいも 30 黄 ブロッコリー 15 緑 マッシュルーム 8 緑 白ワイン 0.13 ブイヨン 1.2 水 125 * クリームシチューのルー 16.3 * 牛乳 25 赤 塩 0.2 こしょう 0.02 サラダ油 0.9 黄 かぼちゃ 35 緑 * ハム 5 赤 きゅうり 6 緑 にんじん 8 緑 玉ねぎ 6 緑 * マヨネーズ 7 黄 砂糖 0.38 黄 塩 0.4 こしょう 0.02 カレー粉 0.88 * 牛乳 1本 赤	精白米 67 黄 豚バラ 65 赤 濃口しょうゆ 0.6 酒 1 コーンスターチ 0.7 黄 しめじ 25 緑 しいたけ 8 緑 長ネギ 8 緑 おろししょうが 0.4 オイスターソース 7.6 酒 0.25 砂糖 1.2 黄 濃口しょうゆ 1.2 サラダ油 0.5 黄 ごまつな 35 緑 * 緑豆もやし 15 緑 にんじん 6 緑 鶏ガラスープの素 1.36 塩 0.68 濃口しょうゆ 0.34 * 白ごま 0.68 黄 ごま油 6.12 黄 豚ミンチ 8 赤 玉ねぎ 10 緑 カットわかめ 0.5 赤 キャベツ 20 緑 薄口しょうゆ 0.8 塩 0.5 こしょう 0.02 鶏ガラスープの素 2.5 コーンスターチ 3 黄 ごま油 0.3 黄	中華めん 35.7 精白米 34.1 黄 豚バラ 40 赤 にんじん 3.2 緑 キャベツ 28 緑 万能ねぎ 1 緑 青のり 0.02 赤 にんにく 0.5 緑 サラダ油 1 黄 とんかつソース 15.5 ウスターソース 10 塩 0.2 こしょう 0.02 ブロッコリー 28 緑 * ツナ缶 4.5 赤 にんじん 5 緑 コーン・冷凍 3 緑 * すりごま 0.2 黄 濃口しょうゆ 4 砂糖 0.5 黄 豆腐 15 赤 なめこ 3 緑 * 突きこんにやく 20 黄 カットわかめ 0.5 赤 水 140 みそ 10 だし昆布 0.65 赤 かつお節 2.08 赤 * ヨーグルト(コアコア) 1本 赤	精白米 65 黄 豚バラ 55 赤 酒 1.2 じゃがいも 32 黄 にんじん 12 緑 玉ねぎ 18 緑 * 糸こんにやく 18 黄 グリーンピース(冷凍) 1.6 緑 なたね油 0.5 黄 砂糖 1 黄 みりん 10 塩 0.1 濃口しょうゆ 3 薄口しょうゆ 3 水 30 だし昆布 0.15 赤 かつお節 0.48 赤 ちくわ 2/3本 赤 * 長いも 10 黄 小麦粉 2 黄 * 卵液 3 赤 パン粉 4 黄 サラダ油 5 黄 とんかつソース 4 * マヨネーズ 2.5 黄 青のり 0.1 赤 なめこ 3 緑 カットわかめ 0.5 赤 水 140 みそ 10 だし昆布 0.42 赤 かつお節 0.84 赤 だしの素 1.4	精白米 67 黄 * カレイ60g 1 切 赤 塩 0.4 こしょう 0.02 小麥粉 7 黄 かたくり粉 7 黄 サラダ油 5 黄 水 16 鶏ガラスープの素 0.4 ケチャップ 9 砂糖 2.25 黄 にんにく 0.27 緑 おろししょうが 0.3 緑 ひじき 3 赤 大豆(水煮) 15 赤 油あげ 3 赤 にんじん 8 緑 砂糖 1.2 黄 みりん 1 だし昆布 0.6 赤 かつお節 0.12 赤 だしの素 0.2 水 20 かぼちゃ 25 緑 油あげ 3 赤 なす 8 緑 * すりごま 0.25 黄 だし昆布 0.42 赤 かつお節 0.84 赤 だしの素 1.4 みそ 10		精白米 67 黄 * 卵液 50 赤 万能ねぎ 1 緑 じゃがいも 10 黄 かまぼこ 5 赤 しいたけ 2 緑 おろししょうが 0.1 コーンスターチ 0.5 黄 ごま油 0.5 黄 水 20 鶏ガラスープの素 0.25 酒 3 塩 0.1 こしょう 0.02 コーンスターチ 4 黄 グリーンピース 1.6 緑 緑豆春雨 10 黄 豚ミンチ 25 赤 * 緑豆もやし 20 緑 にんじん 10 緑 万能ねぎ 1 緑 おろししょうが 0.25 にんにく 0.08 緑 ごま油 0.5 黄 豆板醤 0.08 八丁味噌 2 酒 1.6 鶏ガラスープの素 0.85 砂糖 1 黄 濃口しょうゆ 2 水 25 かたくり粉 1 黄 水 25 豆腐 10 赤 カットわかめ 0.5 万能ねぎ 0.5 土生姜 0.05 緑 にんにく 0.02 緑 鶏ガラスープの素 2 水 120 コーンスターチ 3 黄 塩 0.5 砂糖 2 黄 薄口しょうゆ 0.8 * 白玉団子 5 黄 きな粉 2.4 赤 砂糖 1.6 黄	* パンズ 75 赤 鶏もも肉 0.05 塩 0.02 こしょう 6 濃口しょうゆ 6 みりん 3 黄 砂糖 3 黄 おろししょうが 0.2 水 5 かたくり粉 0.8 黄 * マヨネーズ 1 黄 砂糖 1 黄 レモン(果汁) 1 緑 塩 0.2 * ハム 7 赤 * マヨネーズ 15 黄 フライドポテト皮付き 30 黄 サラダ油 5 黄 塩 0.5 * ねめこ 11 緑 キャベツ 9 緑 にんじん 4 緑 しめじ 2 緑 コーン・冷凍 5 赤 大豆(水煮) 5 赤 オリーブ油 0.5 黄 塩 0.7 こしょう 0.03 薄口しょうゆ 1 ブイヨン 2.5 水 120 * 牛乳 1本 赤	精白米 65 黄 豚ヒレ50g 1枚 赤 塩 0.4 こしょう 0.05 小麦粉 3 黄 * 卵液 4.25 赤 パン粉 15 黄 なたね油 5 黄 だいこん(おろし) 40 緑 味ボン 12 * 万能ねぎ 0.8 緑 マカロニ 11 黄 にんじん 6 緑 きゅうり 8 緑 * ハム 7 赤 * マヨネーズ 10 黄 塩 0.27 こしょう 0.02 なめこ 0.5 緑 カットわかめ 0.5 赤 ほうれん草 10 緑 だし昆布 0.42 赤 かつお節 0.84 赤 だしの素 1.4 八丁味噌 10
	エネルギ- 503kcal	エネルギ- 555kcal	エネルギ- 607kcal	エネルギ- 505kcal	エネルギ- 637kcal	エネルギ- 502kcal		エネルギ- 636kcal	エネルギ- 649kcal	エネルギ- 566kcal
	<旬>サバ		<旬>しめじ					白玉団子は、のどにつまりやすいので、よくかんでたべよう		

赤:赤色の食品・・・体をつくるものになるもの

黄:黄色の食品・・・熱や力になるもの

緑:緑色の食品・・・体の調子をととのえるもの

*:アレルギーを含む食材

給食場	1・6年生	1・6年生	1・6年生	1・6年生		2・4年生		2・4年生	2・4年生	2・4年生
日・曜	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	21日～23日	24日(木)	25日(金)	28日(月)	29日(火)	30日(水)
献立名	ハヤシライス ブロッコリーとハムのボンマヨサラダ 牛乳	ひじき炒飯 冷しゃぶサラダ 豆腐とこんにゃくのみそ汁	わかめごはん 鮭の塩焼き じゃがいものそぼろ煮 冬野菜のみそ汁	ジャージャー麺 チンゲン菜とツナの和え物 豆腐とわかめの中華スープ ヨーグルト(コアコア)	21日：敬老の日 22日：国民の休日 23日：秋分の日	ポークカレー ブロッコリーとツナのあっさりサラダ 牛乳	入学試験	豚丼 ほうれん草としらすの中華和え わかめと麩のみそ汁	ごはん 鯖の幽庵焼き ビーフン炒め 豚汁	大分県 トリニータ丼 小松菜とベーコンの春雨サラダ さつまいもとキャベツのみそ汁
材料名および使用量 (g)	精白米 70g 豚バラ 45g 玉ねぎ 40g にんじん 25g マッシュルーム 10g ブイヨン 3.3g * ハヤシルウ 10g * ビーフンチュールウ 10g 赤ワイン 3g 砂糖 1g グリーンピース(冷凍) 0.9g 水 110g ブロッコリー 30g にんじん 6g * ハム 6g 味噌 3g * マヨネーズ 2.8g ごま油 1.3g 砂糖 0.9g 塩 0.2g こしょう 0.02g * 牛乳 1本	精白米 68g ひじき 3g 鶏ひき肉 60g * 卵液 30g 万能ねぎ 10g にんじん 12g 油あげ 6g 水 20g 塩 0.7g 濃口しょうゆ 10g みりん 10g サラダ油 1g * 緑豆もやし 25g レタス 6g にんじん 6g 豚バラ 20g みそ 5g 砂糖 1.6g 濃口しょうゆ 4g ごま油 1.4g * 練りごま 3g 豆腐 12g * 突きこんにゃく 6g カットわかめ 0.5g 水 140g みそ 10g だし昆布 0.42g かつお節 0.84g だしの素 1.4g	精白米 68g カットわかめ 1.5g 塩 0.65g 酒 1.08g * サーモン 60g 塩 0.5g 酒 3g 豚ミンチ 10g にんじん 20g 玉ねぎ 20g じゃがいも 30g さやいんげん 3g ごま油 0.5g 砂糖 1.7g 濃口しょうゆ 2.8g コーンスターチ 2.5g 白菜 15g 大根 15g 万能ねぎ 0.5g 水 130g みそ 10g だし昆布 0.65g かつお節 2.08g	豚ミンチ 50g にんにく 0.5g おろししょうが 0.5g 八丁味噌 1.5g 長ネギ 0.3g 玉ねぎ 12g しいたけ 4g サラダ油 1g 塩 0.1g こしょう 0.1g ブイヨン 1.5g カレーウ 11g ワイン(赤) 2g 濃口しょうゆ 1g * 牛乳1L 16g ケチャップ 0.8g 精白米 68g ブロッコリー 20g * ツナ缶 3g にんじん 5g コーン・冷凍 2g 青じそ(大葉) 0.08g 味噌 5g サラダ油 0.3g * 牛乳 1本		豚バラ 40g 玉ねぎ 28g じゃがいも 30g にんじん 16g おろししょうが 1g にんにく 0.8g サラダ油 1g 塩 0.1g こしょう 0.1g ブイヨン 1.5g 13.5g 2g 濃口しょうゆ 1g * 牛乳1L 16g ケチャップ 0.8g 精白米 68g ブロッコリー 20g * ツナ缶 3g にんじん 5g コーン・冷凍 2g 青じそ(大葉) 0.08g 味噌 5g サラダ油 0.3g * 牛乳 1本		精白米 68g 豚バラ 73g 玉ねぎ 35g にんじん 16g * 糸こんにゃく 10g 万能ねぎ 1g 酒 5g みりん 2g 砂糖 1.5g 濃口しょうゆ 8g 水 25g ほうれん草 35g * 卵液 15g * ちりめんじゃこ 4g 鶏ガラスープの素 0.3g * すりごま 0.5g ごま油 0.5g 砂糖 0.3g 濃口しょうゆ 0.5g にんにく 0.05g カットわかめ 0.5g おつゆ麩 1g だし昆布 0.42g かつお節 0.84g だしの素 1.4g みそ 9g	精白米 67g * さわら 50g 砂糖 1.2g みりん 0.8g 濃口しょうゆ 3.2g 酒 0.8g ゆず果汁 1g ビーフン 11g にんじん 10g しいたけ 3g 豚ミンチ 15g 玉ねぎ 12g キャベツ 32g ピーマン 3g ごま油 1.3g 塩 1.2g こしょう 0.1g 鶏ガラスープの素 1.2g 濃口しょうゆ 1.6g みりん 1.2g 豚ばら 15g 大根 8g にんじん 6g じゃがいも 12g 油あげ 2g 水 130g みそ 10g だし昆布 0.65g かつお節 2.08g だしの素 1.4g	精白米 75g 鶏もも 68g にんにく 0.1g おろししょうが 0.3g にら 4g 刻みのり 0.5g 塩 0.3g こしょう 0.02g 酒 1g かたくり粉 6g 小麦粉 6g サラダ油 5g 砂糖 2.6g 濃口しょうゆ 5.4g みりん 1.8g かたくり粉 0.6g ごま油 1g コチュジャン 0.12g 水 20g こまつな 21g にんじん 4.5g 緑豆春雨 4g * ベーコン 3.1g 味噌 4.5g 砂糖 1.45g 鶏ガラスープの素 2g こしょう 0.02g ごま油 0.9g さつまいも 20g キャベツ 15g だし昆布 0.42g かつお節 0.84g だしの素 1.4g みそ 10g
	エネルギー 718kcal	エネルギー 626kcal	エネルギー 477kcal	エネルギー 513kcal		エネルギー 649kcal		エネルギー 612kcal	エネルギー 525kcal	エネルギー 628kcal
中学年				ジャージャー麺は、 めん肉みそをから めてたべよう				・ほうれんそう ・しらす カルシウムが豊富		<旬>さつまいも

赤:赤色の食品・・・体をつくるものになるもの

黄:黄色の食品・・・熱や力になるもの

緑:緑色の食品・・・体の調子をととのえるもの

*:アレルギーを含む食材