



9月 なでしこ小学校 仕出し弁当 献立表（前半）



日付	曜日	昼食	特定原材料 8 品目	主な原材料	エネルギー(kcal)
					たんぱく(g)
1	月	ベーコンカレーフライ カクテルサラダ 煮物 焼売 フルーツ/ごはん/牛乳	乳成分・卵・小麦	ベーコンカレーフライ・キャベツ・小柱・ピーマン・玉ねぎ・マカロニ・がんも・人参・焼売・フルーツ缶・ごはん・牛乳	708Kcal
					19.9 g
2	火	ハンバーグ バーベキューソース/フランク 切干大根煮 クワイの小エビ炒め ポテトサラダ フルーツ/ごはん/牛乳	乳成分・卵・小麦・えび	ハンバーグ・フランク・切干大根・人参・椎茸・油揚げ・クワイ・干しエビ・じゃがいも・玉ねぎ・フルーツ缶・ごはん・牛乳	691Kcal
					20.7 g
3	水	のり塩チキンカツ/とうもろこし ナポリタン 煮物 青菜の炒め物 フルーツ/ごはん/牛乳	乳成分・卵・小麦	のり塩チキンカツ・コーン・キャベツ・パスタ・玉ねぎ・ハム・パセリ・人参・こんにゃく・青梗菜・白ごま・フルーツ缶・ごはん・牛乳	652Kcal
					19.3 g
4	木	イカの中華炒め/春巻き あさりと大根の時雨煮 生姜揚げ餃子 南瓜の甘煮 フルーツ/ごはん/牛乳	乳成分・小麦	いか・たけのこ・にんにくの芽・人参・木耳・生姜・野菜春巻き・大根・あさり・生姜餃子・南瓜・フルーツ缶・ごはん・牛乳	622Kcal
					19.4 g
5	金	エビカツ/ほうれん草平焼き ツイストマカロニサラダ ミニハンバーグ 大学芋 ジャム/無塩ロール/牛乳	乳成分・卵・小麦・えび	エビカツ・ほうれん草・卵・キャベツ・マカロニ・ツナ・ピーマン・ハンバーグ・さつまいも・黒ごま・ジャム・無塩ロール・牛乳	703Kcal
					24.3 g
8	月	メバルの香味ソース 白菜のサラダ がんも煮 オムレツ ごはん/ふりかけ/牛乳	乳成分・卵・小麦	メバル・長ネギ・キャベツ・白菜・ハム・人参・がんも・卵・ごはん・ふりかけ・牛乳	621Kcal
					25.3 g
9	火	豚肉と木耳の玉子炒め/竹輪のゆかり揚げ 大根サラダ ひじき煮 焼売 フルーツ/ごはん/牛乳	乳成分・卵・小麦・かに	豚肉・たけのこ・玉ねぎ・木耳・ピーマン・生姜・卵・竹輪・ゆかり・大根・かに風味かまぼこ・コーン・ひじき・人参・焼売・フルーツ缶・ごはん・牛乳	693Kcal
					21.9 g
10	水	白身フライ チーズタルタルソース 中華サラダ 生姜餃子 青梗菜の中華炒め フルーツ/ごはん/牛乳	乳成分・卵・小麦	白身フライ・玉ねぎ・チーズ・ピクルス・パセリ・キャベツ・春雨・鶏肉・胡瓜・コーン・白ごま・生姜餃子・青梗菜・人参・フルーツ缶・ごはん・牛乳	705Kcal
					21.6 g
11	木	根菜つくねバーグ 茸あん 焼きビーフン 人参のしりしり 花さつま フルーツ/ごはん/牛乳	乳成分・卵・小麦	ハンバーグ・椎茸・玉ねぎ・生姜・インゲン・ビーフン・キャベツ・人参・ニラ・木耳・ツナ・花天・フルーツ缶・ごはん・牛乳	656Kcal
					20.2 g
12	金	濃厚トマトコーンフライ/ミートボール 山菜パスタ 玉ねぎのマリネ フランク フルーツ/ネオ麦ロール/牛乳	乳成分・卵・小麦	トマトコーンフライ・ミートボール・キャベツ・パスタ・山菜・玉ねぎ・ピーマン・フランク・フルーツ缶・ネオ麦ロール・牛乳	568Kcal
					20.7 g
15	月	<div>敬老の日</div>			
16	火	かつ煮 中華サラダ キャベツのソテー エビ入り水餃子 フルーツ/ごはん/牛乳	乳成分・卵・小麦・えび	チキンカツ・玉ねぎ・卵・グリンピース・花天・春雨・鶏肉・胡瓜・コーン・白ごま・キャベツ・人参・エビ入り水餃子・フルーツ缶・ごはん・牛乳	691Kcal
					23.8 g
17	水	肉焼売の甘酢あん 海老イカカツ 人参のしりしり ビーンズトマト フルーツ/ごはん/牛乳	乳成分・卵・小麦・えび・かに	肉焼売・玉ねぎ・人参・椎茸・海老イカカツ・ツナ・トマト・フルーツ缶・ごはん・牛乳	726Kcal
					23.1 g
18	木	鶏の香草パン粉焼き/ミートボール ツイストマカロニサラダ 厚焼き玉子 さつま芋のレモンあん フルーツ/ごはん/牛乳	乳成分・卵・小麦	鶏肉・ミートボール・キャベツ・マカロニ・胡瓜・ツナ・卵・さつまいも・レモン・フルーツ缶・ごはん・牛乳	723Kcal
					23.9 g
19	金	オムレツ オーロース/のりポテト シルバーサラダ 鶏の竜田揚げ 青梗菜の炒め物 フルーツ/無塩ロール/牛乳	乳成分・卵・小麦	卵・じゃがいも・青のり・春雨・ハム・胡瓜・鶏肉・青梗菜・人参・フルーツ缶・無塩ロール・牛乳	611Kcal
					20.3 g



9月 なでしこ小学校 仕出し弁当 献立表（後半）



日付	曜日	昼食	特定原材料 8 品目	主な原材料	エネルギー(kcal) たんぱく(g)
22	月	大判肉包みの野菜あん 玉子サラダ 白菜のさっぱり和え 甘辛肉団子 フルーツ/ごはん/牛乳	乳成分・卵・小麦	大判肉包み・玉ねぎ・人参・椎茸・生姜・卵・ブロッコリー・白菜・ミートボール・フルーツ 缶・ごはん・牛乳	694Kcal 22.1 g
23	火	<div>秋分の日</div>			
24	水	てりやき豆腐ハンバーグ 蒸し鶏の中華サラダ 小松菜のソテー 水餃子 ごはん/ふりかけ/牛乳	乳成分・卵・小麦	豆腐ハンバーグ・キャベツ・鶏肉・白菜・胡瓜・人参・小松菜・水餃子・ごはん・ふりかけ・牛乳	612Kcal 22.0 g
25	木	焼きそば/ウインナー ポテトサラダ がんも煮 フルーツ/牛乳	乳成分・卵・小麦・えび	焼きそば・豚肉・キャベツ・人参・にんにく・生姜・青のり・ウインナー・じゃがいも・玉ねぎ・がんも・フルーツ缶・牛乳	531Kcal 21.4 g
26	金	ハンバーグ トマトソース ひじきサラダ フライドポテト オムレツ フルーツ/ネオ麦ロール/牛乳	乳成分・卵・小麦	ハンバーグ・玉ねぎ・トマト・竹輪・ひじき・人参・コーン・じゃがいも・卵・フルーツ缶・ネオ麦ロール・牛乳	630Kcal 22.8 g
29	月	牛肉コロッケ カレービーフン 大根サラダ ひじき煮 三色豆/ごはん/牛乳	乳成分・卵・小麦・かに	牛肉コロッケ・キャベツ・ビーフン・玉ねぎ・人参・ニラ・木耳・大根・かに風味かまぼこ・ひじき・三色豆・ごはん・牛乳	716Kcal 17.0 g
30	火	ポークチャップ キャベツと塩昆布の Pasta 厚焼き玉子 枝豆天 フルーツ/ごはん/牛乳	乳成分・卵・小麦	豚肉・玉ねぎ・しめじ・Pasta・キャベツ・塩昆布・にんにく・卵・枝豆天・フルーツ缶・ごはん・牛乳	668Kcal 20.7 g

★お願い：メニューの内容は都合により変更する場合があります。予めご了承ください。



ただ しせい た
正しい姿勢で食べよう

つくえ なか あいだ こぶし 1 個分あけ、
背筋をピンと伸ばしましょう。

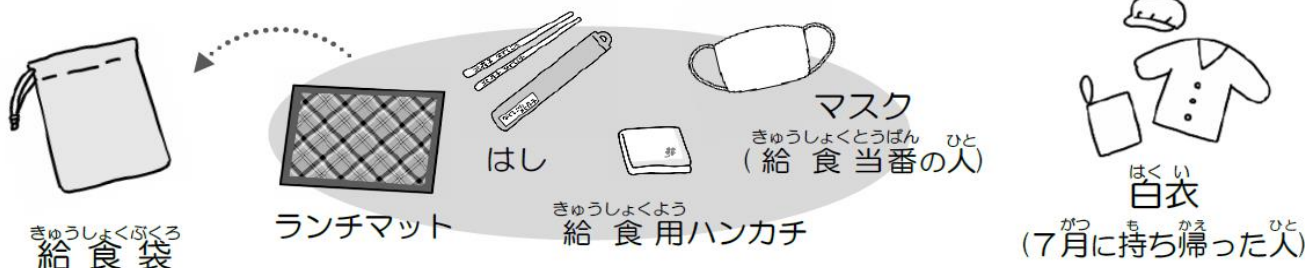


ももざきちゃん

がつついたち げつ 9月1日(月)～10月3日(金) まで、給食の代わりに仕出し弁当(＋牛乳)が提供されます。毎日、
しょくぐ 食具(はし)の持参が必要になりますので、ご協力をお願いします。

★食物アレルギー対応で弁当を持参するご家庭の皆様へ 弁当(一食分)と飲み物(水筒)を毎日お持ちください。
ふめいてん ご不明点がありましたら、学校までお問い合わせください。

9月1日(月)の持ちもの



きめい はしの記名を
わすれずに！

