

2025年

# 9月こんだて

周南市立熊毛学校給食センター

<p>1(月)</p> <p>はるさめの ごますあえ</p> <p>オレンジゼリー</p> <p>むぎ ごはん</p> <p>マーボ 豆腐</p>	<p>2(火)</p> <p>ポーク ソテー</p> <p>なつやさいの ポトフ</p> <p>こくとうパン</p>	<p>3(水)</p> <p>アロエいり フルーツミックス</p> <p>むぎ ごはん</p> <p>チキン カレー</p>	<p>4(木)</p> <p>ひじきとだいすの にももの</p> <p>れいとうピーチ</p> <p>むぎごはん</p> <p>ふわふわどん</p>	<p>5(金)</p> <p>りんごジャム</p> <p>チーズ ポテト</p> <p>にくだんごの スープ</p> <p>コッパン</p>
<p>ぎゅうにゅう とうふ</p> <p>しょうが にんにく</p> <p>こめ むぎ</p> <p>ぶたにく</p> <p>あかみそ</p> <p>しらすぼし</p>	<p>たまねぎ とうがん</p> <p>パン (こむぎ・こめこ)</p> <p>とりにく</p> <p>ぶたにく</p>	<p>にんじん たまねぎ</p> <p>こめ むぎ</p> <p>とりにく</p> <p>ぶたにく</p>	<p>にんじん たまねぎ</p> <p>こめ むぎ</p> <p>とりにく</p> <p>たまご</p>	<p>キャベツ ちやし</p> <p>パン (こむぎ・こめこ)</p> <p>ミートボール</p> <p>ベーコン</p>
660 25.3 781 29.2	672 27.5 858 34.0	673 18.1 801 20.7	674 27.3 796 31.6	577 21.2 739 26.3
<p>8(月)</p> <p>おかかあえ</p> <p>いわしの うめに</p> <p>むぎ ごはん</p> <p>なつやさいの みそしる</p>	<p>9(火)</p> <p>はちみつ レモンゼリー</p> <p>シャキシャキ ひじきサラダ</p> <p>なすとひきにくの スパゲッティ</p> <p>小パン</p>	<p>10(水)</p> <p>しおこんぶ あえ</p> <p>さばの しおやき</p> <p>むぎ ごはん</p> <p>かきたま じる</p>	<p>11(木)</p> <p>ゆでキャベツ</p> <p>ソースカツ</p> <p>むぎ ごはん</p> <p>すまし じる</p>	<p>12(金)</p> <p>ゴールド キウイフルーツ</p> <p>チリ ビーンズ</p> <p>ラビオリ スープ</p> <p>せわりパン</p>
<p>ぎゅうにゅう とうふ</p> <p>わかめ</p> <p>むぎみそ</p> <p>いわしの うめに</p> <p>かつおぶし</p>	<p>たまねぎ にんじん</p> <p>パン (こむぎ・こめこ)</p> <p>とりにく</p> <p>なす</p>	<p>たまねぎ にんじん</p> <p>こめ むぎ</p> <p>たまご</p> <p>とうふ</p>	<p>にんじん たまねぎ</p> <p>こめ むぎ</p> <p>とりにく</p> <p>あぶらあげ</p>	<p>たまねぎ にんじん</p> <p>パン (こむぎ・こめこ)</p> <p>とりにく</p> <p>だいす</p>
587 25.2 703 29.6	698 26.6 849 32.0	641 25.3 771 29.5	640 23.9 731 25.7	613 24.8 768 30.4
<p>15(月)</p> <p>敬老の日</p> <p>おしらせ</p> <p>◎食物アレルギーのある方 に対応するため、「詳細な献立表」 や「原材料配合表」を提供して います。ご希望の方は学校に お申し出ください。</p> <p>◎魚の骨には気を付けて 食べてください。</p>	<p>16(火)</p> <p>ほんかんジャム</p> <p>ほうれんそうの ソテー</p> <p>チキンカツ</p> <p>なすの トマトスープ</p> <p>コッパン</p>	<p>17(水)</p> <p>東京都の 料理</p> <p>さんまの かんろに (中学校のみ)</p> <p>こまつなの ごまあえ</p> <p>むぎ ごはん</p> <p>ちゃんこ じる</p>	<p>18(木)</p> <p>キャベツの じゃこいため</p> <p>オレンジ</p> <p>むぎ ごはん</p> <p>とり じゃが</p>	<p>19(金)</p> <p>やさい ジュース</p> <p>かいそうと ツナのサラダ</p> <p>やきそば</p> <p>小パン</p>
<p>ぎゅうにゅう ぶたにく</p> <p>わかめ</p> <p>むぎみそ</p> <p>はつが げんまいいり</p> <p>つくね</p>	<p>なす</p> <p>パン (こむぎ・こめこ)</p> <p>とりにく</p> <p>なす</p>	<p>はくさい だいこん</p> <p>こめ むぎ</p> <p>つくね</p> <p>とうふ</p>	<p>たまねぎ にんじん</p> <p>こめ むぎ</p> <p>とりにく</p> <p>あつあげ</p>	<p>にんじん キャベツ</p> <p>パン (こむぎ・こめこ)</p> <p>ぶたにく</p> <p>いか</p>
638 28.2 799 35.2	八代小なし	541 19.8 738 30.3	623 20.6 738 23.6	660 25.9 799 31.1
<p>22(月)</p> <p>はつが げんまいいり</p> <p>つくね</p> <p>わかめ</p> <p>むぎごはん</p> <p>かぼちゃの みそしる</p>	<p>23(火)</p> <p>秋分の日</p> <p>こんだて</p> <p>☆牛乳は毎日つきます (☆毎月19日は「食育の日」です)</p> <p>おもなざいりょう (たべもののはたらき)</p> <p>赤</p> <p>緑</p> <p>黄</p>	<p>24(水)</p> <p>スタミナ いため</p> <p>なしゼリー</p> <p>むぎ ごはん</p> <p>とうがんの うまに</p>	<p>25(木)</p> <p>タイの料理</p> <p>ガバオ ライス (ぐ)</p> <p>めだま やき</p> <p>むぎごはん</p> <p>クイッティオの スープ</p>	<p>26(金)</p> <p>れいとうみかん</p> <p>さかなの マリネ</p> <p>レタス スープ</p> <p>パインパン</p>
<p>ぎゅうにゅう わかめ</p> <p>とうふ</p> <p>あぶらあげ</p> <p>むぎみそ</p> <p>はつが げんまいいり</p> <p>つくね</p>	<p>なす</p> <p>パン (こむぎ・こめこ)</p> <p>とりにく</p> <p>なす</p>	<p>はくさい だいこん</p> <p>こめ むぎ</p> <p>つくね</p> <p>とうふ</p>	<p>たまねぎ にんじん</p> <p>こめ むぎ</p> <p>とりにく</p> <p>あつあげ</p>	<p>にんじん キャベツ</p> <p>パン (こむぎ・こめこ)</p> <p>ぶたにく</p> <p>いか</p>
642 28.4 773 33.0	エネルギーkcal/たんぱく質g 小学校 中学校	659 25.9 779 29.9	622 25.9 760 30.2	658 24.2 832 29.7
<p>29(月)</p> <p>チーズ ハンバーグ</p> <p>むぎ ごはん</p> <p>たっぷりやさい スープ</p>	<p>30(火)</p> <p>とうにゅう ブラマンジェ</p> <p>ごぼう サラダ</p> <p>コーン チャウダー</p> <p>コッパン</p>	<p>今月の給食目標</p> <p>食べ物の働きを知ろう</p> <p>食べ物は、体の中でのはたらきによって、 おもに3つのグループに分けられます。</p> <p>赤 く〜んと成長</p> <p>緑 すこやかバランス</p> <p>黄 もいもいパワー</p> <p>おもに体をつくる</p> <p>おもに体の調子を整える</p> <p>おもにエネルギーになる</p> <p>かたよらないよう、3つのグループの食品をバランスよく食べよう!</p>		
651 23.2 - -	680 21.1 842 26.2			
熊毛中なし	三丘小3・4・5・6年なし			

学校給食費(9月)の納付期限は9月30日(火)です。口座振替の方は、前日までに残高確認をお願いいたします。