

令和7年

9月

東江学校給食センター
53-2543



こんだてひょう



毎月19日は食育の日

19日は子ども達と
食卓を囲んで、家庭で
食事を楽しみましょう！



天候等の都合により、献立・食材を変更する場合があります。

こんだて	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)
	カルフィッシュ 目玉焼き風オムレット キーマカレー 麦ごはん フルーツヨーグルト和え	オレンジ ジャーマンポテト パエリア 鶏肉のバジルやき	野菜のごまジャコ和え さばの照り焼き 麦ごはん 肉じゃが	くるまふなゲット パパイアイリチー 麦ごはん ゆし豆腐汁 沖縄の旧盆について	バナナ いも天ぷら やふあらじゅうしい タマナチャンブルー 沖縄終戦の日
	8(月)	9(火)	10(水)	11(木) 欠食：東江幼(弁当会)	12(金)
	オレンジ 三色そばろ丼 麦ごはん	いちごのレアチーズ いんげんナッツソテー ツナライス 豆腐のミートローフ	春巻き そばに置く 中華丼 麦ごはん 豆腐のみそ汁	フルーツ白玉 魚のカレームニエル 食パン 肉団子スープ	ココア蒸しパン ミートソーススパゲティ グリーンサラダ
	敬老の日 お祝いイラスト	16(火)	17(水) 欠食：瀬喜田小5年	18(木) 欠食：瀬喜田小5年	19(金)
	島ミカン きびなごの甘酢あんかけ 回鍋肉(ホイコーロー) 中華おこわ	切干大根のあえもの 卵焼き(レッドキドニー) 麦ごはん 冬瓜の味噌煮	カラフルサラダ 鶏肉のトマトソース焼き 食パン あさりのシチュー	オレンジ 鶏ささみの梅和え カレーうどん とうふハンバーグ	
22(月) 欠食：東江中	秋分の日 9月の名産市産の食材 からしな ねぎ にら 冬瓜 シークワサー たまご きゅうり		24(水) 欠食：東江中	25(木)	26(金)
シークワサー ゼリー 魚のシークワサーソースかけ 麦ごはん シカムドゥチ 秋の彼岸&シークワサーの日			魚のみそマヨやき ひとくちチーズ モズク丼 麦ごはん 肉汁	ポテトサラダ ポイルウィンナー コッパパン マイティソース ポークビーンズ	ゆでたまご 種実の和え物 チーズいりかぼちゃケーキ ボンゴレスパゲッティ
29(月)	30(火)	★9月1日は「防災の日」 秋は台風シーズンという ことに加え、近年では 気候変動の影響からか豪 雨も頻発し各地で甚大な 被害が相次いでいます。 日ごろから食の備えを見 直しましょう！ ★ローリングストックとは 食品や日用品を使いなが ら備蓄することをいいます。			
島ミカン 野菜のごま和え ミヌダル 小豆ごはん 中身汁 トーカー88歳のお祝い	フルーツ杏仁風プリン ケチャップ オムライス ブロッコリーソテー ポテトのオープン焼き	ローリングストックのポイント 備える 水 1人1日3リットル× 3日分以上必要。 食料品 食べ慣れているもの。 賞味期限の高いもの。 調理不要で食べられるもの。 その他 ポリ袋、ラップ、アルミホイル、 ウェットティッシュ、 使い捨て容器など。 カセットコンロ、 ボンベ。			

※ 給食に関する問い合わせは：名護市教育委員会 総務課 学校給食係 ☎ 53-1212 (内線 121 / 130)

令和7年9月 詳細献立表

東江学校給食センター

★お知らせ★ 台風等の天候や材料の都合により、献立を変更することがあります。その時は、学校からの献立変更のお知らせを確認ください。

日 / 曜日	献立名	3つのグループの働きと使用食材名			
		おもに血・肉・骨となる 1・2群(たんぱく質・無機質)	おもに体の調子を整える 3・4群(ビタミン・無機質)	おもに力や熱となる 5・6群(炭水化物・脂質)	調味料・だしなど
1 (月)	牛乳	麦ごはん			麦, 精白米
		キーマカレー	牛ひき肉, 豚ひき肉, 豚レバー, ゆで大豆	たまねぎ, 人参, ピーマン, トマト, しょうが, にんにく	サラダ油
		目玉焼き風オムレツ	目玉焼き風オムレツ(卵, 乳, 大豆, ゼラチン)		
		フルーツヨーグルト和え	ヨーグルト(乳)	バナナ, アロエ, みかん缶, もも缶(もも), パイン缶	グラニュー糖
2 (火)	牛乳	パエリア	いか, えび, あさり	人参, たまねぎ, 赤ピーマン, マッシュルーム, にんにく	精白米, 麦, サラダ油
		鶏肉のバジル焼き	鶏肉	にんにく	オリーブ油
		ジャーマンポテト	無添加ベーコン(豚肉)	コーン, ピーマン, たまねぎ, 人参, にんにく	じゃがいも, サラダ油
		オレンジ		オレンジ	
3 (水)	牛乳	麦ごはん			麦, 精白米
		肉じゃが	豚肉	人参, たまねぎ, 糸こんにゃく, いんげん	じゃがいも, 三温糖, サラダ油
		鯖の照り焼き	さば	しょうが	三温糖
		野菜のごまジャコ和え	チリメン	キャベツ, きゅうり, 小松菜, コーン	ごま油, 三温糖, 白ごま
4 (木)	牛乳	麦ごはん			麦, 精白米
		ゆし豆腐汁	ゆし豆腐	葉ねぎ	
		くるま麩ナゲット	くるま麩ナゲット(小麦・鶏・大豆)		
		パパイアイリチー	豚肉, 油揚げ	パパイア, 人参, なら	サラダ油
5 (金)	牛乳	やふあらしゅうい	もずく, ツナ	カンガバー, 小松菜, 人参	精白米, 麦
		芋天ぷら			サラダ油, さつまいも天ぷら(小麦)
		タマナチャンブルー	厚揚げ, コンビーフハッシュ(牛肉), 糸けずり	キャベツ, 小松菜, 人参, もやし	サラダ油
		バナナ		バナナ	
8 (月)	牛乳	麦ごはん			麦, 精白米
		三色そぼろ(肉そぼろ)	鶏ひき肉, 豚ひき肉, 豚レバー, ゆで大豆	たけのこ, きくらげ, 人参, たまねぎ, しょうが	三温糖, サラダ油
		三色そぼろ(卵)	鶏卵		サラダ油
		三色そぼろ(青菜)		小松菜	ごま油
9 (火)	牛乳	ツナライス	ツナ, あさり	人参, たまねぎ, マッシュルーム, グリンピース, コーン, しょうが	精白米, 麦, サラダ油
		豆腐のミートローフ	豆腐, 豚ひき肉, 牛ひき肉, ゆで大豆, 凍結卵, 牛乳	たまねぎ	パン粉(小麦・大豆), 三温糖
		いんげんナッツソテー		いんげん, 人参, 大根, 赤ピーマン, にんにく	サラダ油, アーモンド
		いちごのレアチーズ	いちごのレアチーズ(乳)		
10 (水)	牛乳	麦ごはん			麦, 精白米
		豆腐のみそ汁	豆腐, 油揚げ, わかめ, 赤・白みそ, 白花生ペースト	大根, 小松菜, 人参	
		春巻き	春巻(小麦・大豆・豚)		サラダ油
		中華丼(具)	えび, いか, あさり, 豚肉, 厚揚げ	たけのこ, たまねぎ, 白菜, 人参, きくらげ, しょうが	サラダ油, ごま油, 片栗粉
11 (木)	牛乳	麦ごはん			麦, 精白米
		肉団子スープ	肉団子(小麦・牛・大豆・豚・鶏), あさり	大根, 人参, 白菜, 小松菜, コーン, しょうが	食パン(小麦・乳・大豆)
		魚のカレームニエル	バス		小麦粉, 片栗粉
		フルーツ白玉		もも缶(もも), みかん缶, パイン缶, シークワーサー果汁	白玉団子(大豆), カラフルボールだんご, ブロックゼリー, グラニュー糖
12 (金)	牛乳	(別配缶)ミートソースパゲティ	鶏ひき肉, 豚ひき肉, 豚レバー, ゆで大豆	パセリ, たまねぎ, なす, 人参, セロリ, トマト, にんにく	スパゲティ(小麦), オリーブ油, サラダ油, 三温糖
		グリーンサラダ	無添加ハム(大豆・豚肉)	グリーンアスパラ, カリフラワー, ブロッコリー, いんげん, 大根, 人参, コーン, レモン果汁	オリーブ油, 三温糖
		ココア蒸しパン	鶏卵, 牛乳	ウージパウダー, レーズン	小麦粉, ケーキミックス(小麦), ココア, 三温糖, マーガリン, チョコチップ(乳・大豆)
		中華おこわ	豚肉, チリメン, ひじき	椎茸, 人参, たけのこ, あおまめ, しょうが	精白米, もち米, 麦, サラダ油, ごま油
16 (火)	牛乳	きびなごの甘酢あんかけ	きびなご	人参, なら, たまねぎ, えのきたけ, きくらげ	小麦粉, 三温糖, サラダ油, 片栗粉
		回鍋肉	豚肉, 厚揚げ	キャベツ, ピーマン, 人参, たまねぎ, 小松菜, しょうが, にんにく	サラダ油, ごま油, 三温糖, 片栗粉
		鳥ミカン		うんしゅうみかん	
		麦ごはん			麦, 精白米
17 (水)	牛乳	冬瓜の味噌煮	豚肉, 白みそ, 赤みそ	冬瓜, 人参, 小松菜, 三角こんにゃく, しいたけ	三温糖, サラダ油
		卵焼き(レッドキドニー)	鶏卵, 凍結卵, レッドキドニー	カボチャペースト, あおまめ	サラダ油, 湿麩(小麦・大豆), さつまいも
		切干大根のあえもの	無添加ハム(大豆・豚肉)	切干大根, キャベツ, きゅうり, コーン, レモン果汁	ノンエッグマヨネーズ, 三温糖
		麦ごはん			麦, 精白米
18 (木)	牛乳	食パン			食パン(小麦・乳・大豆)
		あさりのシチュー	あさり, 鶏むね, 牛乳, 白花生ペースト	人参, たまねぎ, セロリ, コーン	じゃがいも, マカロニ(小麦), マーガリン, 小麦粉
		鶏肉のトマトソース焼き	鶏肉	にんにく, トマト	オリーブ油
		カラフルサラダ	無添加ハム(大豆・豚肉)	キャベツ, レッドキャベツ, きゅうり, 人参, コーン	三温糖, 白ごま
19 (金)	牛乳	カレーうどん	豚肉, 油揚げ	人参, たまねぎ, 小松菜, 椎茸, きくらげ	うどん(小麦)
		豆腐ハンバーグ	豆腐ハンバーグ(大豆・鶏・豚)		
		鶏ささみの梅和え	鶏ささみ, チャンク(鶏), 糸けずり	きゅうり, 人参, もやし, キャベツ, 小松菜	三温糖, 白ごま
		オレンジ		オレンジ	
22 (月)	牛乳	麦ごはん			麦, 精白米
		シカムドゥチ	豚肉, 白かまぼこ	冬瓜, 椎茸, こんにゃく	
		魚のシークワーサーソースかけ	バス	シークワーサー果汁	三温糖
		シマナーの和え物		もやし, からし, 人参, にんにく	ごま油, 三温糖, 白ごま
24 (水)	牛乳	シークワーサーゼリー(個)			シークワーサーゼリー
		麦ごはん			麦, 精白米
		肉汁	豚肉, 結び昆布	冬瓜, 鳥ニンジン, 人参, しょうが	
		魚のみそマヨ焼き	バス, 甘口しろみそ	たまねぎ, パセリ	ノンエッグマヨネーズ
25 (木)	牛乳	モズク丼	もずく, 豚ひき肉, ゆで大豆	しょうが, 人参, たまねぎ, コーン, ピーマン, えのきたけ	サラダ油, 三温糖, 片栗粉
		チーズ	チーズ(乳)		
		コッペパン			コッペパン(乳・小麦・大豆)
		ポークビーンズ	ゆで大豆, 豚肉	たまねぎ, 人参, いんげん, トマト, にんにく	じゃがいも, 三温糖, サラダ油
26 (金)	牛乳	ポイルウインナー	ウインナー(小麦・牛・豚)		トマトケチャップ, 赤ワイン, 塩, こしょう, 豚だし骨, オレガノ
		ポテトサラダ		きゅうり, たまねぎ, ブロッコリー, コーン, ピクルス	塩, こしょう, 特濃酢
		マイティソース			マイティソース(りんご)
		ボンゴレスパゲティ	あさり, えび, いか, 無添加ベーコン(豚肉)	人参, たまねぎ, ピーマン, マッシュルーム, キャベツ, にんにく	スパゲティ(小麦), サラダ油, 無塩バター
29 (月)	牛乳	ゆで卵	鶏卵		塩, 白ワイン, 淡口醤油, こしょう, ポークブイオン(鶏肉・豚肉)
		種実の和え物		ごぼう, きゅうり, もやし, 人参	アーモンド, 白ごま, ノンエッグマヨネーズ, 三温糖
		チーズ入り南瓜ケーキ	鶏卵, 牛乳, チーズ, パウダー(乳)	カボチャペースト	小麦粉, ケーキミックス(小麦), 三温糖, マーガリン
		小豆ごはん	小豆		精白米
30 (火)	牛乳	中身汁	豚肉, 豚中身	椎茸, しょうが, こんにゃく	醤油, 塩, 料理酒, 鰹節
		ミヌダル	豚ロース		醤油, みりん, 風, 料理酒
		野菜の胡麻和え		もやし, 小松菜, きゅうり	醤油, 特濃酢
		鳥ミカン		うんしゅうみかん	
30 (火)	牛乳	オムライス(ケチャップライス)		人参, たまねぎ, マッシュルーム, 彩り野菜ミックス, グリンピース, にんにく	精白米, 麦, サラダ油, マーガリン
		オムライス(たまご)	オムライス用卵シート(卵・大豆)		
		オムライス(ケチャップ)			ケチャップ
		ブロッコリーソテー	無添加ベーコン(豚肉)	ブロッコリー, キャベツ, コーン, エリンギ	サラダ油
30 (火)	牛乳	ポテトのオープン焼き	無添加ベーコン(豚肉), チーズ(乳)	ピーマン, 赤ピーマン, しめじ	じゃがいも, オリーブ油
		フルーツ杏仁風プリン			フルーツ杏仁風プリン(大豆・もも・りんご)

※予定詳細献立表は、食品表示法に定められている28品目のみとなっています。

乳・卵・小麦・そば・ピーナッツ・えび・かに・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・ちんご・ゼラチン・バナナ・ごま・カシューナッツ・アーモンドの表示をしています。

※揚げ油(大豆)は、揚げ調理で複数回の調理に使用しています。 ※もやし・枝豆・あお豆の原料は、大豆です。 ※もずく・あおさ・のり等の海藻類や、アサリ等の二枚貝、しらす等の小魚類には、いか・えび・かにの稚魚が混入していることがあります。

(よく使用する調味料のアレルギーの一覧)

- ①醤油、薄口醤油(小麦・大豆) ②酢・特濃酢・ワインビネガー(小麦) ③ウスターソース(大豆・りんご) ④カレー粉(小麦・大豆・牛肉・鶏肉) ⑤豆腐・豆乳・おから・赤みそ・白みそ・麦みそ・甘口みそ・油あげ・厚揚げ・大豆油(大豆)
⑥デミグラスソース(小麦・鶏肉) ⑦マーガリン(乳・大豆) ⑧バター(乳) ⑨ごま油(ごま・大豆) ⑩ノンエッグマヨネーズ(大豆) ⑪鶏だし骨(鶏肉・卵) ⑫豚だし骨(豚肉)