

学校給食献立表(北部学校給食センターA) 令和4年度9月分(9/1~9/30) 姫路市教育委員会

	9月1日(木)	9月2日(金)	9月5日(月)	9月6日(火)	9月7日(水)	9月8日(木)
献立	ご飯 牛乳 中華スープ かぼちゃコロッケ もやしのごま酢炒め	パン 牛乳 はるさめスープ 肉だんごのケチャップ炒め ジャーマンポテト	ご飯 牛乳 キムチスープ 鶏肉の照り焼き ごぼうのごまソテー	ご飯 牛乳 ワンタンスープ 豚肉のかわり揚げ ポテトサラダ	パン 牛乳 ポークビーンズ さけのパシル焼き コーンキャベツ	ご飯 牛乳 とうがん汁 揚げギョウザ チャプチェ
献立	□ ご飯 ○ 牛乳 ○ 豚肉 ○ 豆腐 △ にんじん △ たまねぎ △ しょうが △ こまつな △ しょうが △ チキンスープ △ うすくちしょうゆ △ 塩 △ こしょう	□ パン ○ 牛乳 ○ ひね鶏 ○ 清酒 ○ 塩 □ はるさめ △ しいたけ △ チンゲンサイ △ にんじん △ チキンスープ △ うすくちしょうゆ △ こしょう △ ごま油 □ でんぷん	□ ご飯 ○ 牛乳 ○ 豚肉 △ 根深ねぎ □ ごま油 □ はくさいキムチ ○ 豆腐 △ たまねぎ △ にんじん △ にら △ えのきたけ △ チキンスープ △ うすくちしょうゆ △ 塩 △ こしょう	□ ご飯 ○ 牛乳 ○ ベーコン △ にんじん △ もやし △ 葉ねぎ □ ワンタンの皮 ○ チキンスープ △ うすくちしょうゆ △ 塩 △ こしょう □ ごま油	□ パン ○ 牛乳 ○ 豚肉 ○ ワイン風調味料 □ じゃがいも △ たまねぎ △ にんじん △ パセリ ○ 大豆 △ トマトピューレ △ トマトケチャップ △ ウスターソース □ 砂糖 □ ポークスープ □ サラダ油 △ 塩 △ こしょう	□ ご飯 ○ 牛乳 ○ 鶏肉 ○ 油揚げ △ とうがん △ にんじん △ 葉ねぎ △ うすくちしょうゆ △ こいくちしょうゆ △ 削り節(だし) △ ギョウザ □ 油 ○ 牛肉 △ しょうが △ にんにく △ うすくちしょうゆ □ はるさめ △ にんじん △ にら △ たけのこ △ しいたけ □ サラダ油 □ こま □ こいくちしょうゆ □ 砂糖 □ 塩 □ こしょう □ ごま油
材料	□ かぼちゃコロッケ □ 油 △ もやし △ 塩 △ にら △ にんじん ○ ささみ油漬け □ 砂糖 △ うすくちしょうゆ △ 米酢 △ ごま □ サラダ油	□ 鶏つくね ○ たまねぎ △ ピーマン △ サラダ油 △ トマトケチャップ △ ウスターソース △ コラー粉 △ 塩 △ こしょう □ じゃがいも △ 塩 △ たまねぎ ○ ベーコン △ パセリ □ サラダ油 △ こしょう	○ 鶏肉 △ こいくちしょうゆ △ うすくちしょうゆ □ 砂糖 △ みりん △ ごぼう △ 米酢 △ にんじん ○ ちりめんじゃこ □ ごま △ うすくちしょうゆ □ サラダドレッシング □ サラダ油	○ 豚肉 △ こいくちしょうゆ △ にんにく □ でんぷん □ 油 ○ みそ △ みりん □ 砂糖 △ うすくちしょうゆ □ ごま油 □ じゃがいも △ 塩 △ きゅうり △ にんじん □ サラダドレッシング △ こしょう	□ さけ △ ワイン風調味料 □ パシルピューレ □ オリーブ油 △ 塩 △ こしょう △ 黒こしょう △ キャベツ △ とうもろこし ○ ささみ油漬け △ チキンスープ △ 塩 △ こしょう	
材料	□ 鶏肉 △ 塩 △ しょうが △ にんにく △ うすくちしょうゆ □ はるさめ △ にんじん △ にら △ たけのこ △ しいたけ □ サラダ油 □ こま □ こいくちしょうゆ □ 砂糖 □ 塩 □ こしょう □ ごま油					

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱく質・むきしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しぼう) △緑の食品…体の調子をととのえるもの(ビタミン)

特定原材料表示 卵: 乳製品: 小麦: そば: 落花生: えび: かに:

学校給食献立表(北部学校給食センターA) 令和4年度9月分(9/1~9/30) 姫路市教育委員会

		9月20日(火)	9月21日(水)	9月22日(木)	9月26日(月)	9月27日(火)
献立		ご飯 牛乳 鶏肉のフォー 豚肉のしょうが焼き こまつなの煮返し	パン 牛乳 きのこのクリームスープ さけのバジル揚げ コーンサラダ	ご飯 牛乳 かぼちゃの和風スープ ミンチカツ 切り干しだいこんの煮物	ご飯 牛乳 肉じゃが 鶏肉のザンギ キャベツとハムのサラダ	ご飯 牛乳 かきたま汁 さばの竜田揚げ ひじきの油炒め
	献立	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> フォー <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> もやし <input type="triangle-up"/> にら <input type="triangle-up"/> レモン果汁 <input type="triangle-up"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> ナンブラー <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> チキンスープ	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ひね鶏 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> しめじ <input type="triangle-up"/> エリンギ <input type="triangle-up"/> マッシュルーム <input type="triangle-up"/> パセリ <input type="triangle-up"/> チキンスープ <input type="radio"/> 脱脂粉乳 <input type="checkbox"/> 米粉 <input type="checkbox"/> バター <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ベーコン <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> かぼちゃ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="radio"/> えだまめ <input type="triangle-up"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> 削り節(だし) <input type="radio"/> ミンチカツ <input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> グリンピース <input type="triangle-up"/> ごんにゃく <input type="triangle-up"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="triangle-up"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle-up"/> こいくちしょうゆ <input type="triangle-up"/> みりん	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豆腐 <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> えのきたけ <input type="triangle-up"/> 葉ねぎ <input type="radio"/> わかめ <input type="radio"/> 鶏卵 <input type="triangle-up"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> だんご <input type="checkbox"/> 昆布(だし) <input type="checkbox"/> 削り節(だし)
材料		<input type="radio"/> 豚肉 <input type="triangle-up"/> しょうが <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="triangle-up"/> こまつな <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> さつま揚げ <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle-up"/> みりん <input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="radio"/> さけ <input type="triangle-up"/> ワイン風調味料 <input type="triangle-up"/> バジルピューレ <input type="checkbox"/> オリーブ油 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> 黒こしょう <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油 <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="triangle-up"/> とうもろこし <input type="radio"/> チキンハム <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> ごま油 <input type="triangle-up"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="triangle-up"/> 切り干しだいこん <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> ごんにゃく <input type="radio"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="triangle-up"/> こいくちしょうゆ <input type="triangle-up"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle-up"/> みりん	<input type="radio"/> 鶏肉 <input type="triangle-up"/> しょうが <input type="triangle-up"/> にんにく <input type="triangle-up"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油 <input type="radio"/> チキンハム <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="radio"/> さば <input type="triangle-up"/> しょうが <input type="triangle-up"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油 <input type="radio"/> ひじき <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="radio"/> 油揚げ <input type="radio"/> キャベツ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="radio"/> 鶏肉 <input type="radio"/> えだまめ <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="triangle-up"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle-up"/> こいくちしょうゆ
	材料	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="triangle-up"/> にんにく <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> とうもろこし <input type="triangle-up"/> パセリ <input type="checkbox"/> ローリエ <input type="checkbox"/> オリーブ油 <input type="checkbox"/> ポークスープ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="radio"/> 鶏豚ハンバーグ <input type="triangle-up"/> トマトケチャップ <input type="triangle-up"/> とんかつソース <input type="triangle-up"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> まぐろ油揚げ <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="triangle-up"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> うどん <input type="radio"/> わかめ <input type="radio"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> 葉ねぎ <input type="triangle-up"/> 油揚げ <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="triangle-up"/> こいくちしょうゆ <input type="triangle-up"/> 削り節(だし) <input type="radio"/> 鶏肉 <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんにく <input type="triangle-up"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle-up"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> 一味唐辛子	<input type="checkbox"/> パン <input type="triangle-up"/> 干しぶどう <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> もやし <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> チンゲンサイ <input type="checkbox"/> ポークスープ <input type="checkbox"/> ナンブラー <input type="triangle-up"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="radio"/> あじ <input type="triangle-up"/> ワイン風調味料 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> クッキングスパイス <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油 <input type="triangle-up"/> さつまいも <input type="checkbox"/> 塩 <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="radio"/> チキンハム <input type="triangle-up"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input type="checkbox"/> こしょう	<p>9月平均栄養量 (中学校)</p> <p>エネルギー 753kcal</p> <p>たんぱく質 30.4g</p> <p>脂質 29.1%</p> <p>カルシウム 329mg</p> <p>鉄 2.5mg</p>	<p>ビタミン</p> <p>A 242μgRAE</p> <p>B1 0.49mg</p> <p>B2 0.56mg</p> <p>C 24mg</p> <p>食塩相当量 3.5g</p> <p>食物繊維 5.7g</p> <p>マグネシウム 98mg</p> <p>亜鉛 3.3mg</p>
		9月28日(水)	9月29日(木)	9月30日(金)	<p>～地産地消の推進～</p> <p>姫路市の学校給食では、姫路市産、兵庫県産の食材を優先して使用する地産地消の取組を推進しています。この取組の一環として、国の地方創生臨時交付金を活用し、9月より小・中・義務教育・特別支援学校で姫路市産たまねぎを献立に随時取り入れます。また、10月、11月の「食育の日」には、全市一斉に学校給食の献立に姫路市産たまねぎを使用します。学校給食に使用することにより、地産地消及び食育の推進を図り、姫路市産たまねぎの消費拡大を啓発していきます。</p> 	

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱく質・むきしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しぼう) △緑の食品…体の調子をととのえるもの(ビタミン)

特定原材料表示 卵: 乳製品: 小麦: そば: 落花生: えび: かに: