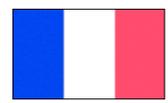
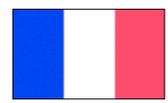
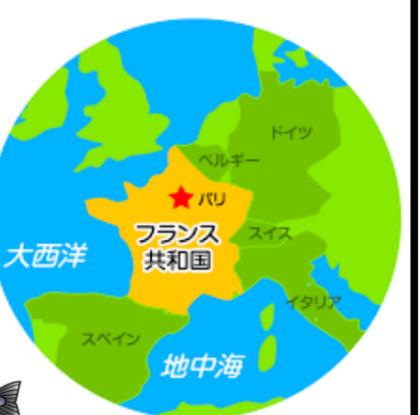


令和6年
9月分

中学校給食献立表

(令和6年9月2日～9月30日 19回)

松原市教育委員会

月	火	水	木	金
2 700 25.7 19.9	3 710 26.7 24.9	4 731 28.6 25.4	5 711 26.5 12.9	6 707 27.2 22.4
飲むヨーグルト 赤 ご飯 80 黄 こめ さばのおろし焼き さば 1きれ 赤 しお 0.2 だしこん 20 緑 にほんしゆ 0.5 さとう 0.3 黄 みりん 0.5 うすくちしょうゆ 2 ほねにきをつけよう！ さつま汁 ぶたにく 10 赤 にんじん 10 緑 あぶらあげ 4 赤 さつまいも 25 黄 はくさい 25 緑 あおねぎ 5 緑 だしこんぶ 1 けずりぶし 2 あかみそ 11 赤 しろみそ 3 赤 きゅうりのごま塩和え きゅうり 30 緑 ゆでじお 0.1 こめさけパウダー 0.01 赤 さとう 0.2 黄 しお 0.3 こまあぶら 0.1 黄 しろごま 0.4 黄	牛乳 赤 ご飯 80 黄 こめ 米粉さけフライ ★こめさけフライ 1 赤黄 あげあぶら(こめ) 黄 ほねにきをつけよう！ キャロットラペ まぐろフレーク 10 赤 にんじん 30 緑 ゆでじお 0.1 オリーブオイル 1.3 黄 しお 0.13 こしょう 0.01 ワインビネガー 0.8 さとう 1 黄 うすくちしょうゆ 1.3 ポトフ とりにく 25 赤 たまねぎ 30 緑 じゃがいも 20 黄 キャベツ 30 緑 きざみパセリ 0.03 緑 とりがらスープ 8 しお 1 こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 0.5 鶏肉の黒酢 とりにく 65 赤 しお 0.3 こしょう 0.03 でんぶん 6 黄 あげあぶら(こめ) 黄 みりん 1.3 さとう 2.4 黄 こいくちしょうゆ 3.2 しろず 3.5 でんぶん 0.3 黄 炒り豆腐 にんじん 10 緑 しろ 5 緑 とうふ 35 赤 こんぶパウダー 0.01 赤 さとう 0.5 黄 みりん 0.5 うすくちしょうゆ 2.5 ごまあぶら 0.2 黄	飲むヨーグルト 赤 ご飯 80 黄 こめ 肉団子のあんかけ にくだんご(とり) 50 赤 にほんしゆ 0.6 さとう 1.3 黄 こいくちしょうゆ 3.2 みりん 1.3 でんぶん 0.3 黄 フルーツミックス りんご(缶) 30 緑 ナタ・デ・ココ 30 黄 キャベツの甘味噌炒め ぶたにく 30 赤 しょうが 0.2 緑 にんじん 0.1 緑 にほんしゆ 0.5 たまねぎ 30 緑 にんじん 15 緑 キャベツ 90 緑 ピーマン 3 緑 さとう 3 黄 みりん 1.3 こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 4.5 あかみそ 5 赤 オイスターソース 1.3 でんぶん 0.65 黄 いそ煮 ぶたにく 20 赤 だしこん 30 緑 にんじん 20 緑 こんにやく 10 ひらてん 10 赤 じゃがいも 45 黄 めひじき 2.6 赤 ゆでえだまめ 5 緑 けずりぶし 1.3 さとう 4.5 黄 みりん 0.7 こいくちしょうゆ 9 ごま和え はくさい 30 緑 チンゲンサイ 10 緑 ゆでじお 0.1 こんぶパウダー 0.01 赤 さとう 0.6 黄 みりん 0.4 うすくちしょうゆ 2.2 しろごま 0.4 黄	飲むヨーグルト 赤 おにぎり 1こ こめ 45 黄 しお 0.6 こめサラダあぶら 0.15 黄 鶏肉のスタミナ炒め とりにく 30 赤 にんにく 0.1 緑 キャベツ 35 緑 こめサラダあぶら 0.2 黄 しろ 4 緑 さとう 0.1 黄 しお 0.3 うすくちしょうゆ 0.7 とんこつラーメン ちゅうかめん 95 黄 こめサラダあぶら 1.5 黄 やきふた 25 赤 にんじん 15 緑 なと 10 赤 チンゲンサイ 30 緑 ホールコーン 10 緑 とりがらスープ 9 とんこつスープ 4 しお 0.7 こしょう 0.02 にほんしゆ 0.5 うすくちしょうゆ 4.5 みりん 0.5 月見団子 ★つきみだんご 1ふくら 黄	牛乳 赤 ご飯 80 黄 こめ ドライカレー きゅうミンチ 25 赤 しょうが 0.1 緑 にんにく 0.1 緑 たまねぎ 30 緑 きざみだいず 5 赤 ゆでさやいんげん 5 緑 あかワイン 0.2 カレーこ 0.35 しお 0.2 こしょう 0.01 ケチャップ 0.6 こめカレールー 3 黄 ウスターソース 0.7 黄 ジュリエンスープ たまねぎ 20 緑 にんじん 15 緑 ショルダーベーコン 20 赤 キャベツ 30 緑 とりがらスープ 8 しお 1 こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 0.5 たまご焼き たまごやき 1きれ 赤 お浸し はくさい 30 緑 こまつな 10 緑 ゆでじお 0.1 こんぶパウダー 0.01 赤 みりん 0.4 さとう 0.6 黄 うすくちしょうゆ 2.2 団子汁 とりにく 20 赤 ほししいたけ 0.5 緑 あぶらあげ 3 赤 にんじん 10 緑 だいこん 35 緑 しろたまご 40 黄 あおねぎ 5 緑 だしこんぶ 1 けずりぶし 2 しお 0.5 みりん 0.5 うすくちしょうゆ 4 里芋コロッケ ★さといもコロッケ 1こ 赤黄 あげあぶら(こめ) 黄 ゆず和え キャベツ 35 緑 ゆでじお 0.1 えのきたけ 5 緑 こんぶパウダー 0.01 赤 さとう 0.6 黄 みりん 0.4 うすくちしょうゆ 2.2 ゆずじり 0.8 緑 みぞれ汁 ぶたにく 20 赤 ほししいたけ 0.5 緑 にんじん 10 緑 だしこん 35 緑 はくさい 35 緑 あおねぎ 5 緑 だしこんぶ 1 にほんしゆ 2 でんぶん 0.5 スライスちくわ 10 赤 あげあぶら(こめ) 黄 ケチャップ 7 さとう 2 黄 ウスターソース 2 ぶどう きよほう 40 緑
9 655 25.6 12.8	10 711 28.6 23.4	11 674 26.0 17.4	12 697 23.9 15.7	13 673 32.2 15.4
飲むヨーグルト 赤 おにぎり 1こ こめ 45 黄 しお 0.6 こめサラダあぶら 0.15 黄 鶏肉のスタミナ炒め とりにく 30 赤 にんにく 0.1 緑 キャベツ 35 緑 こめサラダあぶら 0.2 黄 しろ 4 緑 さとう 0.1 黄 しお 0.3 うすくちしょうゆ 0.7 とんこつラーメン ちゅうかめん 95 黄 こめサラダあぶら 1.5 黄 やきふた 25 赤 にんじん 15 緑 なと 10 赤 チンゲンサイ 30 緑 ホールコーン 10 緑 とりがらスープ 9 とんこつスープ 4 しお 0.7 こしょう 0.02 にほんしゆ 0.5 うすくちしょうゆ 4.5 みりん 0.5 月見団子 ★つきみだんご 1ふくら 黄	牛乳 赤 ご飯 80 黄 こめ ドライカレー きゅうミンチ 25 赤 しょうが 0.1 緑 にんにく 0.1 緑 たまねぎ 30 緑 きざみだいず 5 赤 ゆでさやいんげん 5 緑 あかワイン 0.2 カレーこ 0.35 しお 0.2 こしょう 0.01 ケチャップ 0.6 こめカレールー 3 黄 ウスターソース 0.7 黄 ジュリエンスープ たまねぎ 20 緑 にんじん 15 緑 ショルダーベーコン 20 赤 キャベツ 30 緑 とりがらスープ 8 しお 1 こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 0.5 たまご焼き たまごやき 1きれ 赤 お浸し はくさい 30 緑 こまつな 10 緑 ゆでじお 0.1 こんぶパウダー 0.01 赤 みりん 0.4 さとう 0.6 黄 うすくちしょうゆ 2.2 団子汁 とりにく 20 赤 ほししいたけ 0.5 緑 あぶらあげ 3 赤 にんじん 10 緑 だいこん 35 緑 しろたまご 40 黄 あおねぎ 5 緑 だしこんぶ 1 けずりぶし 2 しお 0.5 みりん 0.5 うすくちしょうゆ 4 里芋コロッケ ★さといもコロッケ 1こ 赤黄 あげあぶら(こめ) 黄 ゆず和え キャベツ 35 緑 ゆでじお 0.1 えのきたけ 5 緑 こんぶパウダー 0.01 赤 さとう 0.6 黄 みりん 0.4 うすくちしょうゆ 2.2 ゆずじり 0.8 緑	飲むヨーグルト 赤 ご飯 80 黄 こめ 里芋コロッケ ★さといもコロッケ 1こ 赤黄 あげあぶら(こめ) 黄 ゆず和え キャベツ 35 緑 ゆでじお 0.1 えのきたけ 5 緑 こんぶパウダー 0.01 赤 さとう 0.6 黄 みりん 0.4 うすくちしょうゆ 2.2 ゆずじり 0.8 緑	飲むヨーグルト 赤 ご飯 80 黄 こめ 五目煮 ぶたにく 40 赤 だしこん 35 緑 こんにやく 10 にんじん 15 緑 はくさい 40 緑 ゆでえだまめ 5 緑 さとう 4 黄 にほんしゆ 1 こいくちしょうゆ 9 ゆず和え キャベツ 35 緑 ゆでじお 0.1 えのきたけ 5 緑 こんぶパウダー 0.01 赤 さとう 0.6 黄 みりん 0.4 うすくちしょうゆ 2.2 ゆずじり 0.8 緑	牛乳 赤 ご飯 85 黄 こめ みぞれ汁 ぶたにく 20 赤 ほししいたけ 0.5 緑 にんじん 10 緑 だしこん 35 緑 はくさい 35 緑 あおねぎ 5 緑 だしこんぶ 1 にほんしゆ 2 でんぶん 0.5 スライスちくわ 10 赤 あげあぶら(こめ) 黄 ケチャップ 7 さとう 2 黄 ウスターソース 2 ぶどう きよほう 40 緑
16 敬老の日	17 714 23.5 27.1	18 733 29.4 24.6	19 698 26.0 19.0	20 780 31.4 26.1
飲むヨーグルト 赤 ご飯 80 黄 こめ さばのおろし焼き さば 1きれ 赤 しお 0.2 だしこん 20 緑 にほんしゆ 0.5 さとう 0.3 黄 みりん 0.5 うすくちしょうゆ 2 さつま汁 ぶたにく 10 赤 にんじん 10 緑 あぶらあげ 4 赤 さつまいも 25 黄 はくさい 25 緑 あおねぎ 5 緑 だしこんぶ 1 けずりぶし 2 あかみそ 11 赤 しろみそ 3 赤 きゅうりのごま塩和え きゅうり 30 緑 ゆでじお 0.1 こめさけパウダー 0.01 赤 さとう 0.2 黄 しお 0.3 こまあぶら 0.1 黄 しろごま 0.4 黄	牛乳 赤 ご飯 80 黄 こめ ハンバーグ ハンバーグ 1こ 赤 グリーンサラダ キャベツ 35 緑 ゆでえだまめ 5 緑 ゆでじお 0.1 たまねぎドレッシング 10 黄 クラス1ぼん 黄 里芋のクリームシチュー たまねぎ 45 緑 にんじん 20 緑 しめじ 5 緑 さといも 30 黄 ゆでさやいんげん 5 緑 とりがらスープ 8 とんこつスープ 0.5 パター 2.5 黄 きゅうにゅう 10 赤 こめこ 2.5 黄 こめホワイトルー 10 黄 なまクリーム 1 黄 チーズ 1 赤 しお 0.8 こしょう 0.03	牛乳 赤 ご飯 80 黄 こめ 豚かつ とんかつ 1こ 赤黄 あげあぶら(こめ) 黄 とんかつソース 1 クラス1ぼん 黄 鶏すき とりにく 30 赤 たまねぎ 25 緑 だいこん 25 しめじ 5 緑 はくさい 35 緑 やきどうふ 30 赤 しろねぎ 10 緑 さとう 4 黄 にほんしゆ 1 こいくちしょうゆ 9 人参しりしり まぐろフレーク 10 赤 にんじん 30 緑 さとう 0.2 黄 うすくちしょうゆ 1.7	飲むヨーグルト 赤 ご飯 80 黄 こめ さんまの照り焼き さんまのひらき 1まい 赤 でんぶん 4 黄 あげあぶら(こめ) 黄 しょうが 0.2 緑 さとう 1.5 黄 みりん 1 にほんしゆ 0.5 こいくちしょうゆ 2 でんぶん 0.2 黄 もやし和え物 もやし 35 緑 きゅうり 10 緑 ゆでじお 0.1 こんぶパウダー 0.01 赤 さとう 0.6 黄 みりん 0.4 うすくちしょうゆ 2.2 豚汁 ぶたにく 20 赤 にんじん 15 緑 だいこん 25 緑 じゃがいも 25 黄 あおねぎ 5 緑 だしこんぶ 1 けずりぶし 2 あかみそ 11 赤 しろみそ 3 赤 中華丼 ぶたにく 85 黄 さといも 35 赤 しょうが 0.2 緑 ほししいたけ 0.5 緑 たまねぎ 30 緑 にんじん 15 緑 なと 10 赤 はくさい 40 緑 チンゲンサイ 30 緑 にほんしゆ 1 さとう 0.3 黄 しお 0.35 こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 5 でんぶん 1.5 黄 サイダーゼリー ★サイダーゼリー 40 黄	牛乳 赤 ご飯 85 黄 こめ 鶏肉のから揚げ とりにく 65 赤 ガーリックパウダー 0.05 緑 しお 0.4 こしょう 0.03 でんぶん 8 黄 あげあぶら(こめ) 黄 サイダーゼリー ★サイダーゼリー 40 黄
23 振替休日	24 682 27.2 25.8	25 680 21.0 24.7	26 661 29.1 10.7	27 787 25.5 27.4
飲むヨーグルト 赤 ご飯 80 黄 こめ チャプチェ ぎゅうにく 25 赤 しょうが 0.1 緑 にんにく 0.1 緑 はるさめ 8 黄 たまねぎ 20 緑 しろ 3 緑 にほんしゆ 0.5 さとう 1.5 黄 しお 0.35 こしょう 0.01 こいくちしょうゆ 2.5 米粉マカロニスープ たまねぎ 30 緑 にんじん 10 緑 ウインナー 10 赤 ★こめマカロニ 3 黄 キャベツ 30 緑 きざみパセリ 0.03 緑 とりがらスープ 8 しお 1 こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 0.5 鶏肉のスパイス焼き とりにく 65 赤 しお 0.3 あらびきこしょう 0.03 カレーこ 0.45 にほんしゆ 1.2 ひじきのサラダ まぐろフレーク 10 赤 ゆでじお 0.1 めひじき 0.4 赤 さとう 0.2 黄 こいくちしょうゆ 0.2 きゅうり 30 緑 ゆでじお 0.1 ごまドレッシング 1 クラス1ぼん 黄	牛乳 赤 ご飯 80 黄 こめ 鶏肉のスパイス焼き とりにく 65 赤 しお 0.3 あらびきこしょう 0.03 カレーこ 0.45 にほんしゆ 1.2 ひじきのサラダ まぐろフレーク 10 赤 ゆでじお 0.1 めひじき 0.4 赤 さとう 0.2 黄 こいくちしょうゆ 0.2 きゅうり 30 緑 ゆでじお 0.1 ごまドレッシング 1 クラス1ぼん 黄	牛乳 赤 ご飯 80 黄 こめ 卵スープ とりにく 15 赤 たまねぎ 20 緑 にんじん 10 緑 はくさい 20 緑 えのきたけ 5 緑 たまご 20 赤 しろ 3 緑 とりがらスープ 8 しお 1 こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 0.5 でんぶん 0.7 黄 中華和え こんにやくかんてん 0.4 赤 もやし 20 緑 チンゲンサイ 20 緑 ゆでじお 0.1 こんぶパウダー 0.01 赤 さとう 0.7 黄 みりん 0.5 うすくちしょうゆ 2.5 ごまあぶら 0.6 黄 しろごま 1 黄	飲むヨーグルト 赤 ご飯 85 黄 こめ めひかりの甘酢 めひかり 35 赤 でんぶん 3.5 黄 あげあぶら(こめ) 黄 さとう 1.8 黄 しお 0.25 すり 2.5 みりん 0.65 豚肉と大根のしょうが煮 ぶたにく 30 赤 しょうが 0.5 緑 たまねぎ 30 緑 にんじん 10 緑 だいこん 40 緑 あつあげ 35 赤 ゆでさやいんげん 5 緑 けずりぶし 1 にほんしゆ 0.5 しお 0.1 うすくちしょうゆ 5.7 みりん 1 でんぶん 0.9 黄 ピリ辛きゅうり きゅうり 35 緑 ゆでじお 0.1 こんぶパウダー 0.01 赤 さとう 0.15 黄 しお 0.3 ごまあぶら 0.15 黄 トウバンジャン 0.03	牛乳 赤 ご飯 85 黄 こめ カレーライス ぶたにく 85 黄 さといも 35 赤 しょうが 0.2 緑 ほししいたけ 0.5 緑 たまねぎ 30 緑 にんじん 15 緑 なと 10 赤 はくさい 40 緑 チンゲンサイ 30 緑 にほんしゆ 1 さとう 0.3 黄 しお 0.35 こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 5 でんぶん 1.5 黄 フランクフルト フランクフルト 1ぼん 赤 キャベツのサラダ キャベツ 30 緑 ホールコーン 10 緑 ゆでじお 0.1 ちゅうかドレッシング 1 クラス1ぼん 黄
30 666 20.6 11.7	3日(火) フランス    <p>7月26日より、オリンピック・パラリンピックが開催されている、フランス(パリ)の料理です！</p> <p>ポトフやキャロットラペは、フランスの家庭料理のひとつです。「ラペ」には、フランス語で、スライサーなどですりおろす、という意味があります。細くすりおろしたにんじんの、水気をしっかりと切り、味をしみこませるのがコツです。給食でフランスを感じて下さい！</p>			
飲むヨーグルト 赤 ご飯 80 黄 こめ チャプチェ ぎゅうにく 25 赤 しょうが 0.1 緑 にんにく 0.1 緑 はるさめ 8 黄 たまねぎ 20 緑 しろ 3 緑 にほんしゆ 0.5 さとう 1.5 黄 しお 0.35 こしょう 0.01 こいくちしょうゆ 2.5 中華スープ ぶたにく 15 赤 ほししいたけ 0.5 緑 にんじん 15 緑 だいこん 30 緑 チンゲンサイ 20 緑 とりがらスープ 8 しお 0.4 こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 4.5 にほんしゆ 0.5 ごま団子 ごまだんご 1こ 黄 あげあぶら(こめ) 黄	3日(火) フランス    <p>7月26日より、オリンピック・パラリンピックが開催されている、フランス(パリ)の料理です！</p> <p>ポトフやキャロットラペは、フランスの家庭料理のひとつです。「ラペ」には、フランス語で、スライサーなどですりおろす、という意味があります。細くすりおろしたにんじんの、水気をしっかりと切り、味をしみこませるのがコツです。給食でフランスを感じて下さい！</p>			

・材料のつこうにより、内容を多少変更することがありますのでご了承ください。

★印のある食品は「9月分原料配合表」に記載があります。

