



## 9月 給食こんだて予定表

まいつき 19日は 食育の日！！

神埼市学校給食共同調理場

小学校

けいろうのひと

月												
21 火	さけとしのんぶのがほん (むぎごはん) おつきみメニュー	○	さけ	しおこんぶ ぎゅうにゅう		えだまめ	せいはくまい　きょうかまい　むせ おつきみゼリー（みかんゼリー）	ごま	醤油	642	21.6	14.4
	すみそあえ つきみじる		ちくわ　みそ うずらたまご	こまつな　にんじん はねぎ	きゅうり　とうもろこし　もやし だいこん		さとう	アーモンド	酢	醤油	味噌	
22	ごはん	○	ちくわのいいそべあげ	ちくわ	あおのり 青ゆうにゅう		はぐりこ　かたぐりこ えうかまき	あぶら	酒	641	21.6	19.6

ゆうきの八

木													
24	むぎごはん	○	ぶたにくのからあげソース	ぶたにく	ぎゅうにゅう		しょうが レモン	かたりこ はくりき	あぶら ごまあぶら	塩 こしょう 醤油	711	26.5	25.7
金			ごぼうサラダ			にんじん キーピーマン	ごぼう もやし えだまめ レモン	せいばくまい きょうかまい なす	マヨネーズ(たまごなし)	酒 みりん 醋			

卷之三



## べんとうのひ



火												
29	ぶたどん (むぎごはん)	○	ぶたにく こおりどうふ	はねぎ にんじん	たまねぎ	さとう かたくりこ		酒 醤油 塩		657	31.3	20.5
水	ほうれんそうのサラダ わかめスープ		ぎゅうにゅう ロースハム	ほうれんそう にんじん わかめ	えだまめ キャベツ にんじん はねぎ	きゅうり さくらげ		わふうドレッシング ごまあぶら	酢 醤油 からスープ 塩 酒			
30	ごはん	○	さかなりんごソースかけ ささみのサラダ	あかうお むしささみ	ぎゅうにゅう ほしひじき	たまねぎ りんごピューレ こまつな にんじん	かたくりこ さとう せいはくまい きょうかまい	あぶら	塩 こしょう ウィン 醋 醤油	618	24.9	17.8

※食物アレルギー等で加工食品の原料配合や歯などの詳しい資料が必要な方は、常務へお問い合わせください。

## 今月の平均

基础值

660 25.8 20.4

650 26.8 18.0