

9月学校給食献立表

貝塚市学校給食会

2026年(令和8年)

月	火	水	木	金
今月のかいづかもん (貝塚産の農産物) 1日(火) 水なす 2日(水) 三つ葉 4日(金) 三つ葉 16日(水) 三つ葉	1 ぶたにくと くきわかめの いため ヨーグルト ラタトゥイユ コーンスープ ごはん ごまふうみみそしる ラタトゥイユ コーンスープ ヨーグルト	2 ぶたにくと くきわかめの いため ごはん ごまふうみみそしる ぶたにくとくきわかめのいために ごまふうみみそしる	3 タッカルビ にらたま スープ ごはん ごまふうみみそしる タッカルビ にらたまスープ	4 さばのみそに とうがんすましじる にんじんしりしり ごはん ごまふうみみそしる さばのみそに とうがんすましじる にんじんしりしり
7 ベビーチーズ タコライス レタス スープ ベビーチーズ タコライス レタススープ ベビーチーズ	8 とりにくの さっぱり ごはん やきビーフン とりにくのさっぱり やきビーフン とりにくのさっぱり	9 なすの いため ごはん ぶたじる なすのいために ぶたじる なすのいために ぶたじる	10 ドレッシング キャベツと コーンの サラダ ナン チキン カレー チキンカレー キャベツとコーンのサラダ チキンカレー キャベツとコーンのサラダ	11 もやしとにらの いため ツナだいず ごはん もずくの すましじる もやしとにらのいための ツナだいずごはん もずくのすましじる もやしとにらのいための
14 ミニゼリー みかん ちゅうかい どんぶり わかめ スープ ミニゼリー ちゅうかいどんぶり わかめスープ ミニゼリー	15 やさい ソテー ごはん こめこ ポタージュ やさいソテー こめこポタージュ やさいソテー	16 ぶたにくの ねぎしお いため ごはん かきたま じる ぶたにくのねぎしおいために かきたまじる ぶたにくのねぎしおいために かきたまじる	17 えだまめ サラダ ごはん かきたま ポタージュ えだまめ サラダ ミート スパゲッティ えだまめ サラダ ミートスパゲッティ えだまめサラダ	18 にくじゃが わかめ ごはん なすの みそしる わかめごはん にくじゃが なすのみそしる わかめごはん にくじゃが なすのみそしる
21 けいろう ひ 敬老の日 敬老の日	22 こくみん きゅうじつ 国民の休日 国民の休日	23 しゅうぶん ひ 秋分の日 秋分の日	24 てりやき ハンバーグ ごはん キャベツ スープ てりやき ハンバーグ キャベツ スープ てりやきハンバーグ キャベツスープ	25 ぶたにくと キャベツの みそいため ごはん つきみ じる ぶたにくとキャベツのみそいために つきみじる ぶたにくとキャベツのみそいために つきみじる
28 ぎゅうにくと エリンギの いため ごはん みそしる ぎゅうにくとエリンギのいための みそしる ぎゅうにくとエリンギのいための みそしる	29 きびなごの てんぷら ごはん ちゅうかい うまに きびなごの てんぷら ちゅうかいうまに きびなごのてんぷら	30 フルーツ コンポート カレー ライス ふくじん づけ フルーツ コンポート カレーライス ふくじんづけ フルーツコンポート	9月の目標 きそくただ しよくせいかつ ・規則正しい食生活をしよう。	

※献立は内容を一部変更する場合があります。

貝塚市内全校でかいづかもん(貝塚市内の農産物)を使っている日には、つげさんマークがついています。

日	献立	おもにエネルギーの もとになる食品 【黄色のたべもの】	おもに体をつくる もとになる食品 【赤色のたべもの】	おもに体の調子を整える もとになる食品 【緑色のたべもの】	調味料・その他
1日 (火)	ラタトゥイユ	コッペパン オリーブ油	牛乳 ベーコン	玉ねぎ 水なす ズッキーニ 黄パプリカ トマト缶 にんにく	ケチャップ ローリエ 塩 コショウ
	コーンスープ ヨーグルト	油	豚肉 卵 ヨーグルト	にんじん 玉ねぎ コーン クリームコーン	鶏がら ローリエ コンソメ うすろしょうゆ 塩 コショウ
2日 (水)	豚肉と茎わかめの炒め煮 ごま風味みそ汁	精白米 砂糖 ごま油 油 ねりごま	牛乳 豚肉 茎わかめ 豆腐 うすあげ わかめ みそ	にんじん 大根 三つ葉 えのきたけ	こいロしょうゆ 酒 削り節
3日 (木)	タッカルビ	コッペパン さつまいも ごま油 砂糖	牛乳 鶏肉	玉ねぎ キャベツ 土しょうが にんにく	酒 こいロしょうゆ コチュジャン
	にら玉スープ	片栗粉	卵	にら 緑豆もやし たけのこ にんじん えのきたけ	鶏がら うすろしょうゆ 酒 中華スープ 塩
4日 (金)	さばのみそ煮 冬瓜すまし汁 にんじんしりしり	精白米 砂糖 さつまいも ごま油 砂糖	牛乳 さば 白みそ 赤みそ 鶏肉	土しょうが にんじん 冬瓜 みつば 干しいたけ	酒 こいロしょうゆ うすろしょうゆ 塩 酒 削り節
			ツナ油漬け	にんじん	うすろしょうゆ
7日 (月)	タコライス	精白米 油	牛乳 豚ひき肉 大豆	玉ねぎ ピーマン トマト缶 にんにく	塩 コショウ こいロしょうゆ ソース ケチャップ コンソメ チリパウダー
	レタススープ ベビーチーズ	油	ベーコン ベビーチーズ	にんじん レタス 玉ねぎ	うすろしょうゆ コンソメ 鶏がら ローリエ 塩 コショウ
8日 (火)	焼きビーフン	小型コッペパン ビーフン ラード ごま油	牛乳 豚肉	キャベツ にんじん にら たけのこ 土しょうが 干しいたけ	酒 ソース 塩 コショウ 中華スープ
	鶏肉のさっぱり煮	砂糖	鶏肉	にんにく 土しょうが	酢 こいロしょうゆ
9日 (水)	なすの炒め煮 豚汁	精白米 油 砂糖	牛乳 豚ひき肉	なす 青ねぎ 土しょうが にんにく	ラー油 酒 こいロしょうゆ 酢
			豚肉 うすあげ 平天 みそ	大根 玉ねぎ にんじん しめじ 青ねぎ つきこんにゃく	削り節
10日 (木)	チキンカレー	ナン 油 じゃがいも	牛乳 鶏肉	玉ねぎ にんじん 土しょうが レモン	塩 コショウ ガーリックパウダー カレー粉 鶏がら コンソメ ケチャップ ソース 米粉カレールウ
	キャベツとコーンのサラダ	イタリアンドレッシング		キャベツ コーン にんじん	塩
11日 (金)	ツナ大豆ごはん もずくのすまし汁 もやしとにらの炒め物	精白米 砂糖 すりごま	牛乳 ツナ油漬け 大豆 もずく 豆腐 卵 かまぼこ	にんじん 土しょうが 青ねぎ	こいロしょうゆ 酒 削り節 うすろしょうゆ 酒 塩 削り節
		油	ベーコン	緑豆もやし にら えのきたけ	こいロしょうゆ 塩 コショウ
14日 (月)	中華丼	精白米 ごま油 砂糖 片栗粉	牛乳 豚肉	玉ねぎ 白菜 にんじん 小松菜 干しいたけ 土しょうが	こいロしょうゆ 酒 中華スープ オイスターソース
	わかめスープ ミニゼリー		わかめ	キャベツ にんじん えのきたけ 青ねぎ ミニゼリー（みかん・ピーチ）	鶏がら うすろしょうゆ コショウ 中華スープ 塩
15日 (火)	米粉ポタージュ	コッペパン じゃがいも 油 バター 米粉	牛乳 ベーコン 牛乳 生クリーム	玉ねぎ にんじん	鶏がら コンソメ 塩 コショウ
	野菜ソテー	油	チキンハム	にんじん ピーマン キャベツ	塩 コショウ コンソメ
16日 (水)	豚肉のねぎ塩炒め	精白米 片栗粉 ごま油 油 すりごま	牛乳 豚肉	青ねぎ 白ねぎ にんにく 玉ねぎ 緑豆もやし レモン	酒 塩 コショウ
	かきたま汁		鶏肉 かまぼこ 卵	にんじん 三つ葉 えのきたけ	うすろしょうゆ 削り節
17日 (木)	ミートスパゲッティ	小型コッペパン スパゲッティ 油	牛乳 豚ひき肉 大豆	にんじん ピーマン 玉ねぎ	ケチャップ ソース コンソメ 塩 コショウ
	枝豆サラダ	砂糖 すりごま ごま油 ノンエッグマヨネーズ	ハム	枝豆 キャベツ にんじん	酢 うすろしょうゆ
18日 (金)	わかめごはん 肉じゃが なすのみそ汁	精白米 じゃがいも 油 砂糖	牛乳 炊き込み用わかめ（味付） 豚肉	にんじん 玉ねぎ	こいロしょうゆ 削り節
			うすあげ わかめ みそ	なす 玉ねぎ しめじ 青ねぎ	削り節
24日 (木)	照り焼きハンバーグ キャベツスープ	コッペパン 片栗粉 砂糖	牛乳 ハンバーグ	玉ねぎ しめじ	みりん こいロしょうゆ
		油	豚肉	キャベツ にんじん 玉ねぎ	コンソメ 塩 コショウ 鶏がら うすろしょうゆ
25日 (金)	豚肉とキャベツのみそ炒め 月見汁	精白米 砂糖 ごま油 ラード もち 里芋	牛乳 豚肉 みそ	キャベツ にんじん ピーマン にんにく	こいロしょうゆ 酒
			つくね	にんじん 青ねぎ	うすろしょうゆ 削り節
28日 (月)	牛肉とエリンギの炒め物	精白米 砂糖 片栗粉 油	牛乳 牛肉	エリンギ ピーマン 赤ピーマン 緑豆もやし にんにく	酒 こいロしょうゆ
	みそ汁		わかめ 豆腐 うすあげ みそ	玉ねぎ しめじ 青ねぎ	削り節
29日 (火)	中華風うま煮	黒糖パン 油 片栗粉 ごま油	牛乳 豚肉 厚揚げ	土しょうが たけのこ 玉ねぎ にんじん チンゲン菜 干しいたけ	鶏がら 中華スープ みりん うすろしょうゆ 酒 塩 コショウ
	きびなごの天ぷら	揚げ油	きびなご（小麦粉付き）		
30日 (水)	カレーライス 福神漬け	精白米 じゃがいも 油	牛乳 豚肉	玉ねぎ にんじん 福神漬け	カレールウ ソース 塩 コショウ ガーリックパウダー
	フルーツコンポート	砂糖		黄桃缶 パイン缶 アロエ缶	

今月の栄養価

	エネルギー	たんぱく質	脂質	ナトリウム （食塩相当量）	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維
	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(μgRAE)	(mg)	(mg)	(mg)	(g)
今月平均	624	24.6	19.7	2.6	327	74	1.9	208	0.52	0.56	22	3.6
文科省基準	650	21～33	14～22	2.0未満	350	50	3.0	200	0.40	0.40	25	4.5以上