



Main table containing school lunch menus for September 2015, organized by date (2nd to 16th) and listing ingredients and their quantities.

Table containing school lunch menus for September 17th to 30th, including a detailed introduction for the 9/11 menu '★ラタトゥイユ★'.

献立紹介

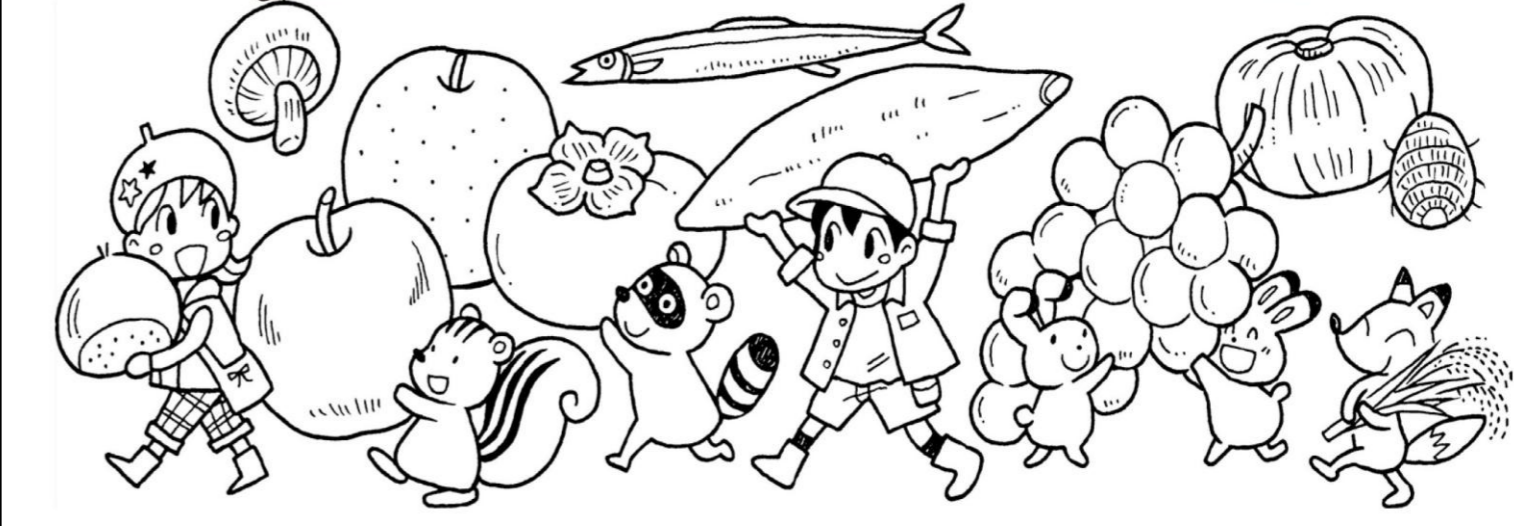
9月11日

★ラタトゥイユ★

なす・トマト・ズッキーニなどの野菜を煮込んで作る南フランスの料理です。野菜の水分だけで蒸し煮して、素材の甘味をしっかりと引き出します。



実りの秋に感謝しよう



栄養価は、左からエネルギー(kcal)、たんぱく質(g)、脂質(g)の順に記載しています。



日・曜日	献立名	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	あわび	いか	いくら	オレシツ	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	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ごま
2日(水)	牛乳 ごはん かぼちゃと鶏肉のスープ煮 なすの揚げ浸し キャベツとツナのスパゲッティ ミニゼリー				●													●	●	●								
3日(木)	牛乳 ごはん 肉じゃが はたはたのから揚げ 茎わかめのサラダ しば漬				●													●	●	●							●	
4日(金)	牛乳 ごはん さばのしょうが揚げ・いんげんとコーンのソテー 春雨のひき肉炒め かぼちゃサラダ 炒りうの花	●															●	●	●	●							●	
7日(月)	牛乳 ごはん 牛丼 野菜とじゃこの炒め煮 みそ汁				●									●				●	●	●							●	
8日(火)	牛乳 ごはん 野菜炒め さつまいもの甘煮 白身魚の香味ソース・チンゲン菜 キャンディチーズ				●												●	●	●	●							●	
9日(水)	牛乳 ごはん 豆腐のチリソース いかの照り煮 パンパンジー 和なし缶				●												●	●	●	●						●	●	
10日(木)	牛乳 ごはん さわらのゆずみそ焼き 鶏ごぼうごはん 大根ときゅうりのサラダ アーモンド				●												●	●	●	●							●	
11日(金)	牛乳 ごはん 白身魚のハーブフリッター ラタトゥイユ 煮豆・オクラ ひじきの炒め煮				●												●	●	●	●							●	
14日(月)	牛乳 ごはん 五目炒め さばのみそ煮 冬瓜のひんやり汁				●												●	●	●	●							●	
15日(火)	牛乳 ごはん ハヤシライス ベーコンポテト 海草サラダ フルーツカクテル				●									●			●	●	●	●							●	
16日(水)	牛乳 ごはん 鶏つくね丼 もやしのカレー炒め みそ汁				●												●	●	●	●							●	

日・曜日	献立名	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	あわび	いか	いくら	オレシツ	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	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ごま
17日(木)	牛乳 ごはん さんまのかば焼き じゃがいものそば煮 煮浸し・厚揚げの煮物 虎豆の甘煮				●													●	●	●								●
18日(金)	牛乳 ごはん カレーライス 野菜炒め いかフライ・ウインナー 福神漬				●													●	●	●								●
24日(木)	牛乳 ごはん マーボー豆腐 蒸しゅうまい 中華あえ クラッシュゼリー				●													●	●	●	●							●
25日(金)	牛乳 ごはん さわらの竜田揚げ・ししとう 里芋のそば煮 ごまあえ 月見団子				●													●	●	●							●	
28日(月)	牛乳 ごはん 酢豚 中華豆腐 野菜サラダ 大学いも				●													●	●	●	●						●	
29日(火)	牛乳 ごはん クリームシチュー ケチャップパスタ 白身魚のつばごつソース コーンとにんじんのソテー				●													●	●	●	●						●	
30日(水)	牛乳 ごはん 鶏肉のから揚げソースあえ・ゆでキャベツ 切り干し大根の炒め煮 豚汁				●													●	●	●	●						●	

5月7日より各クラスに弁当箱10箱のご飯をおかわり用として用意しておりますが、9月より好きな量がおかわりできるように、弁当箱ではなくコンテナにご飯を入れて各クラスに用意いたします。

- ★食物アレルギーへの対応につきましては、えび・かに・卵・乳・落花生の5品目について、代替(除去)献立でアレルギー対応給食の提供を行います。(そばの使用はありません。)
- ★通常食では揚げ物の油を複数回使いますが、アレルギー対応給食では1回の使用で廃棄します。
- ★原材料として用いた場合のみに表示義務を課す現行のアレルギー表示制度では、コンタミネーションについては表示義務がありません。

お月見

旧暦の8月15日を十五夜といい、昔から月を見る風習がありました。この日はススキや月見団子、さといもなどを供えます。また旧暦の9月13日を十三夜といって、同じようにお供え物をして、月をながめます。





※温かいおかずにはアンダーラインを引いてあります。 ※献立は内容を一部変更することがあります。

Main table with columns for dates (2日(水) to 16日(水)) and rows for ingredients and their quantities. Includes a note '2日~4日は3年生のみ給食があります'.

Summary row for energy and nutrient values (Energy, Protein, Fat) for each day.

Continuation of the menu table for days 17 to 30, including ingredients and quantities.

献立紹介 (Menu Introduction) for 9月11日. Includes a star recipe '★ラタトゥイユ★' and a seasonal illustration '実りの秋に感謝しよう' (Thank you for the harvest of autumn). Includes a bear mascot and various food illustrations.

栄養価は、左からエネルギー(kcal)、たんぱく質(g)、脂質(g)の順に記載しています。



日・曜日	献立名	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	あわび	いか	いくら	オレシツ	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	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ごま
2日(水)	牛乳 ごはん かぼちゃと鶏肉のスープ煮 なすの揚げ浸し キャベツとツナのスパゲッティ ミニゼリー				●													●	●	●								
3日(木)	牛乳 ごはん 肉じゃが はたはたのから揚げ 茎わかめのサラダ しば漬				●													●	●	●							●	
4日(金)	牛乳 ごはん さばのしょうが揚げ・いんげんとコーンのソテー 春雨のひき肉炒め かぼちゃサラダ 炒りうの花				●												●	●	●	●							●	
7日(月)	牛乳 ごはん 牛丼 野菜とじゃこの炒め煮 みそ汁				●									●				●	●	●							●	
8日(火)	牛乳 ごはん 野菜炒め さつまいもの甘煮 白身魚の香味ソース・チンゲン菜 黒豆				●													●	●	●							●	
9日(水)	牛乳 ごはん 豆腐のチリソース いかの照り煮 パンパンジー 和なし缶				●					●								●	●	●							●	
10日(木)	牛乳 ごはん さわらのゆずみそ焼き 鶏ごぼうごはん 大根ときゅうりのサラダ アーモンド				●													●	●	●							●	
11日(金)	牛乳 ごはん 白身魚のハーブフリッター ラタトゥイユ 煮豆・オクラ ひじきの炒め煮				●													●	●	●							●	
14日(月)	牛乳 ごはん 五目炒め さばのみそ煮 冬瓜のひんやり汁				●													●	●	●							●	
15日(火)	牛乳 ごはん ハヤシライス ベーコンポテト 海藻サラダ フルーツカクテル				●									●				●	●	●							●	
16日(水)	牛乳 ごはん 鶏つくね丼 もやしのカレー炒め みそ汁				●													●	●	●							●	

日・曜日	献立名	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	あわび	いか	いくら	オレシツ	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	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ごま
17日(木)	牛乳 ごはん さんまのかば焼き じゃがいものそば煮 煮浸し・厚揚げの煮物 虎豆の甘煮				●													●	●	●								●
18日(金)	牛乳 ごはん カレーライス 野菜炒め いかフライ・ウインナー 福神漬				●													●	●	●								●
24日(木)	牛乳 ごはん マーボー豆腐 ちくわの磯部揚げ 中華あえ クラッシュゼリー				●													●	●	●								●
25日(金)	牛乳 ごはん さわらの竜田揚げ・ししとう 里芋のそば煮 ごまあえ 月見団子				●													●	●	●								●
28日(月)	牛乳 ごはん 酢豚 中華豆腐 野菜サラダ 大学いも				●													●	●	●								●
29日(火)	牛乳 ごはん ポトフ ケチャップパスタ 白身魚のラビゴットソース コーンとにんじんのソテー				●													●	●	●								●
30日(水)	牛乳 ごはん 鶏肉のから揚げソースあえ・ゆでキャベツ 切り干し大根の炒め煮 豚汁				●													●	●	●								●

5月7日より各クラスに弁当箱10箱のご飯をおかわり用として用意しておりますが、9月より好きな量がおかわりできるように、弁当箱ではなくコンテナにご飯を入れて各クラスに用意いたします。

- ★食物アレルギーへの対応につきましては、えび・かに・卵・乳・落花生の5品目について、代替（除去）献立でアレルギー対応給食の提供を行います。（そばの使用はありません。）
- ★通常食では揚げ物の油を複数回使いますが、アレルギー対応給食では1回の使用で廃棄します。
- ★原材料として用いた場合のみに表示義務を課す現行のアレルギー表示制度では、コンタミネーションについては表示義務がありません。

お月見

旧暦の8月15日を十五夜といい、昔から月を見る風習がありました。この日はススキや月見団子、さといもなどを供えます。また旧暦の9月13日を十三夜といって、同じようにお供え物をして、月をながめます。

