

家庭数
令和8年度



河川さんのごまつな

森田さんのじゃがいも



9月分学校給食予定献立表

【給食目標】

しっかり食べてしょうぶな体をつくろう

見澤さんの
ねぎ



吉田さんの
ピンクポテト

所沢市立柳瀬小学校

日	曜	献立名		(黄)おもに エネルギーの もとになる食品	(赤)おもに 体をつくる もとになる食品	(緑)おもに 体の調子を整える もとになる食品	エネルギー	たん白質
							kcal	g
1	火	防災の日献立 わかめごはん	牛乳	こうやどようふのうまに キャベツのごまあえ れいとうみかん	こめ、ごま、あぶら、 さとう	牛乳、わかめ、 ぶた肉、こうやどようふ	529	24.1
2	水	ぶたどん (むぎごはん・く)	牛乳	なすとピーマンの みそあえ じゃがたまじる	こめ、むぎ、あぶら、 さとう、★じゃが芋	牛乳、ぶた肉、 あぶらあげ、みそ	543	25.0
3	木	ハヤシライス (むぎごはん・ルウ)	牛乳	ピンクポテトサラダ ヨーグルト	こめ、むぎ、あぶら、 さとう、こむぎこ、 バター、マヨネーズ、 じゃがいも、★ピンクポテト	牛乳、ぶた肉、 ヨーグルト	676	26.2
4	金	コッパパン スライス	牛乳	やきウインナー ツナサラダ コーンスープ なし	パン、あぶら、さとう	牛乳、ウインナー、 ツナ、とり肉	583	23.5
7	月	チャーハン	牛乳	とり肉の パンパンソースかけ ピリからきゅうり キムチトッポギスープ	こめ、むぎ、あぶら、 さとう、ごま、 かたくりこ、トッポギ	牛乳、ぶた肉、とり肉、 たまご	555	29.1
8	火	きつねうどん (うどん・しる)	牛乳	みそポテト えだまめサラダ	うどん、あぶら、 さとう、じゃがいも、 こむぎこ、かたくりこ	牛乳、ぶた肉、 あぶらあげ、みそ、 ハム	619	25.2
9	水	ごはん	牛乳	ギンサケのてりやき あぶらあげとやさいの あえもの カレーとんじる	こめ、さとう、 かたくりこ、あぶら、 ★じゃが芋	牛乳、ギンサケ、 あぶらあげ、ぶた肉、 とうふ、みそ	533	26.9
10	木	ツイストパン	コーヒ ミルク	ホキのケチャップソースかけ キャベツときゅうりの ガーリックソースあえ やさいチャウダー	パン、あぶら、さとう、 ★じゃが芋、こむぎこ、 バター	牛乳、コーヒミルク、 ホキでんぶんつき、 とり肉、生クリーム	564	21.5
11	金	とりごぼう ピラフ	牛乳	ポロニアソーセージ カリポリサラダ ミネストローネ	こめ、むぎ、あぶら、 じゃがいも、マカロニ、 さとう	牛乳、とり肉、 ベーコン、 ポロニアソーセージ	556	23.7
14	月	スープいり やきそば	牛乳	手づくりあげきょうざ チキンサラダ	ちゅうかめん、さとう、 あぶら、かたくりこ、 きょうざのかわ、 こむぎこ	牛乳、ぶた肉、とり肉	579	27.2
15	火	ひじきの日 ごはん	牛乳	肉じゃが メヌケのさいきょうやき ひじきのいために	こめ、あぶら、 じゃがいも、さとう	牛乳、ぶた肉、 さつまあげ、とり肉、 メヌケさいきょうづけ、 あぶらあげ、ひじき	527	27.3
16	水	トマト カレーライス (トマトごはん・ルウ)	牛乳	チキンカツ 手づくりふくじんづけ	こめ、あぶら、 こむぎこ、バター、 さとう、パンこ	牛乳、とり肉	658	27.3
17	木	フレンチ トースト	牛乳	ポトフ コーンクロック かいそうサラダ	パン、バター、さとう、 あぶら、じゃがいも、 コーンクロック	牛乳、たまご、 ウインナー、 かいそうミックス	622	21.9
18	金	チーズ そばろどん	牛乳	コールスローサラダ さつまじる	こめ、あぶら、さとう、 さつまいも	牛乳、とり肉、たまご、 チーズ、ぶた肉、 あぶらあげ、みそ	565	26.3
24	木	わかめコーン ラーメン (めん・しる)	牛乳	ポテトパイ キャベツのレモンあえ	ちゅうかめん、あぶら、 さとう、じゃがいも、 きょうざのかわ、 かたくりこ、こむぎこ	牛乳、ぶた肉、わかめ、 チーズ、ベーコン	668	29.8
25	金	十五夜 こぎつねずし	牛乳	てりやきハンバーグ いものこじる みたらしだんこ	こめ、さとう、あぶら、 ごま、かたくりこ、 さといも、 しらたまだんこ	牛乳、とり肉、 あぶらあげ、 ハンバーグ、とうふ	685	27.5
28	月	ちゅうかどん (ごはん・く)	牛乳	ポークしゅうまい かまぼこサラダ	こめ、あぶら、さとう、 かたくりこ	牛乳、ぶた肉、 ポークしゅうまい、 かまぼこ	557	24.5
29	火	ごはん	牛乳	アジフライ なっとうあえ じゃがいものみそしる	こめ、こむぎこ、 パンこ、あぶら、 さとう、じゃがいも	牛乳、アジ、なっとう、 かつおぶし、みそ、 あぶらあげ	619	29.5
30	水	きなこ あげパン	牛乳	ボールビーンズ やさいサラダ みかん	パン、あぶら、さとう、 じゃがいも	牛乳、きなこ、 肉だんご、だいす	583	22.4
19回	★星マークがついている野菜は所沢産を予定しています。変更になる場合もあります。						平均栄養量	591 25.7

※ 献立は材料の関係で変更になる場合もあります。

※ 献立表は食物アレルギー用の資料ではありませんので、使用されている食品がすべて書かれているわけではありません。

※ ご心配な方はお問い合わせください。(柳瀬小学校 TEL 04-2944-0742)

※ この紙が不要になりましたら、「雑がみ」としてお出しください。「雑がみ」は貴重な資源です。

