

# 令和7年9月献立のお知らせ

第三田名部小学校

	こ ん だ て		お も な 食 品	お 知 ら せ
1月	油麩丼		油麩丼 高野どうふとほうれん草のみそ汁 めかぶ&もずく	麦ごはん, 油麩, 玉ねぎ, ごぼう, しいたけ, 小松菜, ほうれん草, 高野どうふ, めかぶ, もずく
2火	ごはん		中華スープ シャンボしゅうまい 春雨サラダ	ごはん, とり肉, 竹の子, もやし, にんじん, 水菜, しいたけ, きくらげ, ハム, 錦糸玉子, 春雨, きゅうり, にんじん, しゅうまい
3水	チーズバーガー		野菜のカレースープ ハンバーグ チーズ フライドポテト	パン, とり肉, キャベツ, にんじん, マッシュルーム, 玉ねぎ, ほうれん草, ハンバーグ, チーズ, ポテト
4木	ごはん		えのきと卵のしょうゆ汁 さばしょうがみそ焼き メンマ炒め煮	ごはん, 卵, えのき, 長ねぎ, さば, ぶた肉, メンマ, にんじん, 糸こんにゃく
5金	天ざる中華		天ざる中華 かき揚げ キャベツわかめの酢みそ レモンヨーグルト	めん, かき揚げ, キャベツ, にんじん, 糸かまぼこ, わかめ, たれ, レモンヨーグルト
8月	ハヤシライス		ハヤシライス パリパリサラダ	麦ごはん, 牛肉, 玉ねぎ, にんじん, マッシュルーム, じゃがいも, ルー, バター, にんにく, プロッコリー, ポテトチップス, コーン, キャベツ, セパレートドレッシング
9火	ごはん		八杯汁 いか天ぷら パックしょうゆ キャベツとちくわおかかあえ	ごはん, とうふ, しいたけ, 油揚げ, いか天ぷら, パックしょうゆ, キャベツ, もやし, にんじん, ちくわ, かつお節
10水	食パン		ほうれん草スープ 照り焼きチキン クリーム スパゲティサラダ	パン, ベーコン, ほうれん草, 玉ねぎ, にんじん, チキン, パスタ, コーン, ハム, キャベツ, にんじん, きゅうり, マヨネーズ, クリーム
11木	ごはん		小松菜と麩(ふ)のみそ汁 いわし梅肉煮 ひじき炒め煮	ごはん, 小松菜, 麩, 長ねぎ, いわし, ひじき, さつま揚げ, にんじん, 糸こんにゃく
12金	卵とじうどん		卵とじうどん もやし炒め 青森プリン	めん, とり肉, 卵, 水菜, かまぼこ, しいたけ, もやし, にんじん, ニラ, 青森プリン
16火	チンジャオロースー丼		チンジャオロースー丼 中華とうふスープ りんご	ごはん, ぶた肉, 竹の子, ピーマン, パプリカ, チンジャオロースーのもと, にんにく, とうふ, にんじん, もやし, えのき, ほうれん草, 玉ねぎ, りんご
17水	クロワッサン		クリームシチュー ツナオムレツ 海そうサラダ	パン, とり肉, 玉ねぎ, にんじん, ポテト, マッシュルーム, ルー, 牛乳, オムレツ, キャベツ, ハム, 海そう, おろしドレッシング
18木	ごはん		もやしととろろのみそ汁 納豆 大根とこんにゃくの煮物	ごはん, もやし, とろろこんにゃく, 長ねぎ, 納豆, とり肉, 大根, こんにゃく, きぬさや, にんじん
19金	わかめしょうゆラーメン		わかめしょうゆラーメン バンバンジー ぶどうゼリー	めん, ぶた肉, メンマ, なると, 長ねぎ, わかめ, もやし, きゅうり, にんじん, チキン, バンバンジーのもと, ぶどうゼリー
22月	ミートボールカレー		ミートボールカレー 福神漬け 白玉ボンチ	ごはん, ミートボール, 玉ねぎ, にんじん, じゃがいも, マッシュルーム, ルー, バター, りんご, にんにく, 福神漬け, 白玉, みかん, 黄桃, 白桃, パイン
24水	丸パン		和風コンソメスープ ジャーマンポテト チーズ	パン, とり肉, 大根, にんじん, しいたけ, 長ねぎ, ベーコン, ポテト, 玉ねぎ, パセリ, バター, にんにく, チーズ
25木	ごはん		生揚げとわかめのみそ汁 ハムカツ パックソース やさいなめたけあえ	ごはん, 生揚げ, わかめ, 長ねぎ, ハムカツ, パックソース, キャベツ, にんじん, きゅうり, カリフラワー, なめたけ
26金	五目うどん		五目うどん ほうれん草ツナボン酢 おはぎ	めん, とり肉, ごぼう, にんじん, 小松菜, 油揚げ, かまぼこ, 長ねぎ, しいたけ, ほうれん草, ツナ, もやし, ボン酢, おはぎ
29月	中華丼		中華丼 卵スープ りんご	ごはん, ぶた肉, にんじん, 白菜, 玉ねぎ, しいたけ, もやし, 竹の子, 小松菜, かまぼこ, きくらげ, たまご, かにかま, 長ねぎ, りんご
30火	しょうゆごはん		ふのりのみそ汁 和風きんぴら包み焼き 小松菜チキンみそマヨあえ	ごはん, しょうゆごはんのもと, ぶのり, 高野どうふ, 長ねぎ, きんぴら包み, 小松菜, チキン, コーン, にんじん, もやし, マヨネーズ

っごう こんだて へんごう  
◎都合により献立が変更になることがあります。

9月のめあて

お っ ぷ ん い き た  
○ 落ち着いた雰囲気食べよう。

