



令和7年度

9月分

給食献立予定表

Aブロック（20回）結城小・結城西小・城西小・絹川小・江川北小・江川南小・結城東中



日 (曜)	こんだて名	主な材料			アレルギー(8品目) 卵、乳、小麦、 落花生、えび、そば、 かに、くるみ	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 塩分(g)	
		体をつくる	エネルギーのもと	体の調子をととのえる		小学生	中学生
1 (月)	ポークカレーライス (ごはん)	ぶた肉 ミルクカルシウム	ごはん 油 ジャがいも 小麦粉	しょうが にんにく たまねぎ にんじん	乳・小麦	650	783
	牛乳	牛乳			乳	22.2	25.3
	チキンナゲット(小中②)	とり肉	小麦粉 油 パン粉		小麦	2.5	2.9
	キャベツとじゃこのサラダ	ちりめんじゃこ かつお節	ごま油	こまつな キャベツ	小麦		
2 (火)	ソフトめん		ソフトめん		小麦		
	ごまみそうどん汁	ぶた肉 みそ	油 ごま油 ごま でん粉	しょうが にんにく たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし こまつな	小麦	604	756
	牛乳	牛乳			乳	25.6	30.3
	厚焼き玉子	たまご	砂糖		卵	2.9	3.4
3 (水)	ごぼうサラダ	まぐろ	ドレッシング 油	ごぼう にんじん きゅうり	卵・小麦		
	コッペパン		コッペパン		乳・小麦		
	チョコ大豆クリーム	大豆 スキムミルク	ココア 砂糖		乳		
	牛乳	牛乳			乳	614	750
	白身魚フライ ※骨に注意	ホキ	パン粉 小麦粉 油		小麦	22.5	27.1
	コールスローサラダ		ドレッシング	キャベツ きゅうり とうもろこし	卵	2.1	2.7
4 (木)	ミネストローネスープ	ぶた肉	じゃがいも 油 砂糖	たまねぎ にんじん だいこん トマト にんにく	小麦		
	【我が家の料理】						
	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん		乳	652	839
	揚げしゅうまい(小②中③)	ぶた肉	小麦粉 油 でん粉	たまねぎ	小麦	21.1	25.8
	大根ときゅうりのからし和え	まぐろ	ごま 砂糖 ごま油 油	きゅうり だいこん	小麦	1.9	2.3
	★野菜ときのこのたっぷりにゅうめん	とり肉 油あげ	干しめん ごま油	こまつな たまねぎ にんじん ねぎ えのきたけ しいたけ	小麦		
5 (金)	タコライス(ごはん)	ぶた肉 大豆	ごはん 油	にんにく たまねぎ にんじん	小麦	607	748
	牛乳	牛乳			乳	24.0	28.3
	こまつなのコーンあえ			こまつな キャベツ とうもろこし	小麦	1.9	2.3
	ほうれん草と卵のスープ	とうふ ベーコン たまご	油	ほうれんそう ねぎ えのきたけ	卵・乳・小麦		
8 (月)	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん		乳		
	鶏肉のねぎソース	とり肉	小麦粉 砂糖 油 ごま油	ねぎ しょうが	小麦	603	748
	キャベツとにんじんのサラダ	かつお節	ドレッシング	キャベツ ほうれんそう にんじん	小麦	22.5	26.9
	じゃがいものみそ汁	とうふ みそ	じゃがいも	たまねぎ こまつな		1.8	2.2
9 (火)	中華めん		中華めん		小麦		
	しょうゆラーメンのスープ	ぶた肉	油	しょうが にんにく こまつな たまねぎ ねぎ にんじん	小麦	629	779
	牛乳	牛乳			乳	23.4	29.3
	春巻き	ぶた肉	小麦粉 油 はるさめ	キャベツ にんじん たまねぎ	小麦	2.8	3.3
	パンパンジーサラダ	とり肉	ごま ドレッシング	もやし きゅうり	小麦		
	ミニアセロラゼリー(小中①)		ゼリー 砂糖	アセロラ			
10 (水)	コッペパン		コッペパン		乳・小麦		
	牛乳	牛乳			乳		
	ぶた肉のコロッケ	ぶた肉	じゃがいも 小麦粉 パン粉 油	たまねぎ	小麦	602	772
	チキンのマリネ	とり肉	ドレッシング 油	ブロッコリー きゅうり たまねぎ	小麦	21.6	26.8
11 (木)	コーンポタージュ	牛乳 スキムミルク	じゃがいも バター 小麦粉	たまねぎ とうもろこし にんじん パセリ	乳・小麦	2.1	2.8
	【栄養フルコースメニュー】						
	揚げめん	小麦粉 油			小麦		
	皿うどんの具	ぶた肉 いか かまぼこ	ごま油 でん粉	キャベツ にんじん たまねぎ もやし しいたけ しょうが	小麦	670	751
12 (金)	牛乳	牛乳			乳	28.1	30.8
	鶏肉のチーズオープン焼き	とり肉 チーズ	パン粉 油	赤ピーマン パセリ	乳・小麦	2.0	2.2
	フルーツジュレ		ゼリー 砂糖	もも パインアップル マスカット			
	【結城小学校リクエストメニュー】						
16 (火)	かき揚げ丼(ごはん)	牛乳	ごはん 油 小麦粉	たまねぎ にんじん ごぼう しゅんぎく	小麦	662	785
	牛乳	牛乳			乳	16.8	19.4
	リャンパンサンスウ	ハム たまご	はるさめ 砂糖 ごま油	きゅうり	卵・乳・小麦	1.9	2.3
	なめこ汁	とうふ みそ		なめこ だいこん ねぎ			
17 (水)	ソフトめん		ソフトめん		小麦		
	カレーうどん汁	ぶた肉 スキムミルク	でん粉 油 小麦粉	たまねぎ にんじん ねぎ	乳・小麦	600	756
	牛乳	牛乳			乳	22.6	27.3
	北海柱フライ(小中②)	魚すり身 たまご かにかまぼこ	パン粉 でん粉 油 小麦粉		卵・小麦・かに	2.8	3.4
18 (木)	きのこのツナボンあえ	まぐろ	油 砂糖	キャベツ きゅうり えのきたけ しめじ とうもろこし	小麦		
	【江川南小学校クエストメニュー】						
	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん		乳	681	804
	ハムカツ	ハム	パン粉 油		乳・小麦	23.0	25.9
18 (木)	大根サラダ	かまぼこ	油 砂糖	だいこん きゅうり		2.1	2.4
	豚汁	ぶた肉 とうふ 油あげ みそ	じゃがいも 油	こんにゃく ごぼう だいこん にんじん ねぎ			
	【結城南中学校クエストメニュー】						
	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん		乳	631	800
18 (木)	和風ハンバーグおろしソース	とり肉	パン粉 油 砂糖	たまねぎ だいこん	乳・小麦	23.5	28.9
	にんじんしりしり	まぐろ たまご かつお節	油 砂糖	にんじん もやし	卵・小麦	1.9	2.4
	ごま豆乳汁	ぶた肉 とうにゅう みそ とうふ	ごま 油	だいこん にんじん ねぎ			

【お知らせ】 8月は給食提供がないため、9月25日(水)の給食費の口座振替はございません。

●給食費(月額) 小学校4,250円/中学校4,650円

●長期欠席などの理由で連続して5日以上、給食の提供を受けなかった児童生徒は、給食費が減額となる場合があります。
その場合には、**欠食について事前に学校にお申出ください。**

Aブロック（20回）結城小・結城西小・城西小・絹川小・江川北小・江川南小・結城東中

日 (曜)	こんだて名	主な材料			アレルギー(8品目) 卵、乳、小麦、 落花生、えび、そば、 かに、くるみ	エネルギー(Kcal) たんばく質(g) 塩分(g)	
		体をつくる	エネルギーのもと	体の調子をととのえる		小学生	中学生
19 (金)	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん		乳	620 24.1 1.7	769 28.8 2.0
	さばの幽庵焼き	さば みそ	砂糖	ゆず			
	ポテトサラダ		じゃがいも ドレッシング	にんじん きゅうり とうもろこし			
	豆腐のみそ汁	とうふ 油あげ みそ		こまつな にんじん たまねぎ			
22 (月)	ミルクコッパン	スキムミルク	コッパン		乳・小麦	602 22.7 2.6	753 27.9 3.3
	牛乳	牛乳			乳		
	ブレーンオムレツ	たまご			卵		
	キャベツときゅうりのサラダ		ドレッシング	キャベツ きゅうり にんじん	卵		
24 (水)	肉団子のブラウンシチュー	とり肉 スキムミルク	じゃがいも 油 小麦粉 パン粉	たまねぎ にんじん トマト にんにく	乳・小麦	601 25.1 1.9	753 30.3 2.3
	【日本の味めぐり：滋賀県】						
	しょういめし（ごはん）	とり肉 大豆 かつお節 油あげ こんぶ	ごはん 油 砂糖	しいたけ にんじん ごぼう 赤こんにゃく	小麦		
	牛乳	牛乳			乳		
25 (木)	わかさぎの竜田あげ (小②中③) ※骨に注意	わかさぎ	でん粉 油	しょうが	小麦	639 21.3 1.8	804 25.7 2.2
	打ち豆汁	打ち豆 厚揚げ みそ		だいこん にんじん ほうれんそう ねぎ			
	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん		乳		
	揚げぎょうざ（小②中③）	ぶた肉	小麦粉 油	キャベツ たまねぎ にら	小麦		
26 (金)	こまつなともやしのナムル		ごま油 ごま	こまつな もやし にんじん	小麦	636 21.9 1.9	784 25.8 2.3
	マーボー豆腐	とうふ ぶた肉 大豆 みそ	砂糖 ごま油 油 でん粉	しょうが にんにく ねぎ にんじん しいたけ にら	小麦		
	【地産地消メニュー：茨城グルメ&いばらき美味しおDayメニュー】						
	塩豚そぼろ丼（ごはん）	ぶた肉 大豆	ごはん 油 砂糖	しょうが たまねぎ にんじん	小麦		
29 (月)	牛乳	牛乳			乳	601 25.1 2.5	747 30.4 3.1
	こまつなのカレーサラダ	まぐろ	ドレッシング 油	こまつな きゅうり とうもろこし			
	茨城の根菜みそ汁	とうふ みそ	さつまいも ごま油	ごぼう ねぎ にんじん しいたけ			
	コッパン		コッパン		乳・小麦		
30 (火)	牛乳	牛乳			乳	603 20.8 2.6	785 26.5 3.3
	豆腐ハンバーグ野菜たっぷり ソース	とり肉 とうふ ぶた肉	パン粉 油 砂糖	たまねぎ にんじん トマト	小麦		
	カラフルサラダ		ドレッシング	こまつな もやし にんじん			
	ホワイトシチュー	ぶた肉 牛乳 スキムミルク	じゃがいも 小麦粉 バター	キャベツ たまねぎ にんじん	乳・小麦		
30 (火)	ソフトめん		ソフトめん		小麦	603 20.8 2.6	785 26.5 3.3
	塩うどん汁	ぶた肉	ごま油	しょうが にんにく キャベツ にんじん ねぎ	小麦		
	牛乳	牛乳			乳		
	豆腐ナゲット（小②中③）	とうふ 魚すり身 とうにゅう	油 小麦粉	たまねぎ	小麦		
30 (火)	ひじきのサラダ	ひじき まぐろ	ドレッシング 油	こまつな とうもろこし きゅうり			

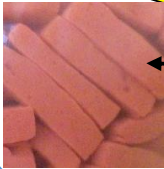
※物資の都合により、献立を変更することがありますのでご了承ください。
※この献立表に記載されている食品は、約5%以上含まれている材料であり、
食品のすべては記載しておりません。
※太文字は結城市産、茨城県産食材の使用を予定しています。
※魚には骨がありますので、よくかんで食べましょう。
※アレルギー8品目については、参考としてご覧ください。

【今月の結城市(★)・茨城県産食材】
★ごはん ソフトめん 牛乳 ★こまつな ぶた肉 きゅうり
ねぎ さつまいも

9月 給食だより

日本の味めぐり

～滋賀県～



滋賀県は四方を山々に囲まれ、中央には県面積の六分の一を占める日本一大きな琵琶湖があります。豊かな自然のおかげで、湖の幸、山の幸、さらには近江米、野菜、茶などの四季折々の産物に恵まれています。また長い歴史の中で、丁稚ようかんや赤こんにゃくなどの特産物のほか、フナズシなどの発酵食品も生まれました。

「しょういめし」…しょうゆを使って炊いたごはんという意味です。お祭りに出されていたことから、「わっしょい」の「しょうい」が料理の名前としてつけられたとも言われています。

「赤こんにゃく」…滋賀県の特産品です。三二酸化鉄（赤さび）で赤く染められており、煮ても脱色せず、健康的にも優れた食材です。

「打ち豆」…大豆を一晩水に漬け、一つずつ叩いて平らにしたものです。湖北地方で古くから伝わる食品で、冬の作業の合間に作り、みそ汁の具として食べられていました。

★我が家の料理を紹介します★

絹川小学校

6年1組

児童・生徒名

直井 ころこ

料理名

野菜・きのこたっぷりなやうめん

材料

野菜あそびの何ぞし
(いも、わかめ、にんじん)
きのこ何ぞし
(えのぐ、しいたけ、まいたけ)
油あげ
鶏肉
(はちまき)

作り方

その日冷蔵庫にある野菜・きのこ類を、食べやすくカットして、ごま油で炒める。
(めに合わせて、せん切りの方が良いかも)
水を入れて、野菜がやわらかくなるまで煮る。めんつゆ、しょうゆで味をととのえる。
直接、そのめんやうどんを入れて煮込んで完成。お好みで油あげ追加。
具合が悪い時や食欲がない時に娘がよく食べる好メニューです!!

先に炒めることで、
おいしくVP!!

家にある野菜をたっぷり使ったにゅうめん！食品ロスを減らすメニューとしてもおすすめです。野菜をごま油で炒めるところが、おいしさのポイントです。

令和7年度 9月～12月の献立計画

月	給食目標	行事献立		地産地消献立	味めぐり 献立	いばらき 美味しお Day献立	希望献立	料理 募集
		行事	行事食	茨城グルメ	日本／世界 の郷土料理	減塩の 啓発	セレクト／リ クエスト給食	我が家の 料理紹介
9	生活のリズム	新入大会	栄養フルコースメニュー	小松菜 トマト	滋賀県	毎月 実施	リクエスト	随 時 実 施
	きのこの栄養			さつまいも なす きゅうり ビーマン			9～2月まで 随時実施	
10	栄養バランス	十五夜	お月見メニュー	さつまい 小松菜 里芋	ブラジル		小6限定	
	海の栄養	目の愛護デー(10/10) ハロウィン(10/31)	目の愛護デーメニュー ハロウィンメニュー	きゅうり ごぼう レタス なす れんこん トマト			セレクト デザート	
11	地産地消・食文化	いい歯の日(11/8)	カミカミメニュー	白菜 キャベツ れんこん	茨城県 結城市		セレクト クリスマス デザート	
	いもの栄養	食育月間 和食の日	地産地消メニュー 和食の日メニュー	ごぼう レタス きゅうり 大根 小松菜 さつまい ねぎ 里芋				
12	食事と衛生	冬至(12/22)	冬至メニュー	白菜 ねぎ れんこん 大根 ほうれん草 キャベツ ごぼう	山口県			
	果物の栄養	クリスマス(12/25)	クリスマスメニュー	さつまい ぎゅうり				

