



令和5年 9月給食献立予定表

大田学校給食共同調理場

Table with columns for Day, Dish Name, Main Ingredients (Red, Green, Yellow), and Energy/Protein/Salt. Includes seasonal notices for 'ぶどう' (grapes) and '梨' (pears).

\*材料の都合により、献立は一部変更になることがあります。

\*学校給食に使用している県産食材は「学校給食県産食材利用拡大事業」により、JA山口県、水産関係団体、山口県などから一部助成を受けています。



日 曜	献立名	主 な 材 料						エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 食塩相当量 (g)		
		<赤>体をつくる		<緑>体の調子をととのえる		<黄>熱や力になる		小	中	
		1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米 パン めん いも・砂糖	6群 油脂			
14	木	ハヤシライス プチプチサラダ ヨーグルト	秋吉台高原牛	県産牛乳	にんじん トマト	玉ねぎ マッシュルーム グリンピース にんにく	市内産米 市内産押し麦	油 ハヤシラルウ	679 23.4 2.4	848 28.3 3.1
15	金	 郷土料理 「 静岡県 」 豊富な海の幸に恵まれた静岡県。いわしをすりつぶして作った黒はんぺんや、生しらすなどが有名です。 						大田小学校5年生は給食がありません。		
		むぎ 麦ごはん しらすあえ		県産牛乳 しらす	にんじん	キャベツ もやし	市内産米 市内産押し麦 砂糖		572 24.8 1.8	788 33.2 2.6
		くろ 黒はんぺんのフライ					パン粉 揚げ油			
		おざく		とり肉 県産豆腐 油揚げ	にんじん ねぎ	白菜 ごぼう 大根	こんにゃく じゃがいも			
19	火	こくとう 黒糖パン さつまいものシチュー ツナサラダ		県産牛乳			黒糖パン		668 27.3 3.1	832 33.5 3.8
				ぶた肉 とり肉 県産豆腐	にんじん	玉ねぎ 白菜 グリンピース	さつまいも	シチュールウ		
				まぐろ水煮	わかめ	キャベツ		ドレッシング		
20	水	むぎ 麦ごはん 蒸しシュウマイ はなやさい 花野菜のサラダ はるなめ 二らと春雨のスープ		シュウマイ 県産牛乳			市内産米 市内産押し麦		589 25.2 1.3	804 33.8 2.0
						ブロッコリー にんじん	カリフラワー キャベツ	ドレッシング		
				とり肉 県産豆腐 たまご	二ら にんじん		春雨	ゴマ油		
21	木	きなこ きなこ蒸しパン スパゲティ・ミートソース レモンサラダ		きなこ 県産牛乳			蒸しパンミックス 市内産大麦粉		630 21.1 2.1	805 25.4 2.6
				ぶた肉 秋吉台高原牛	にんじん パセリ トマト	玉ねぎ しめじ	スパゲティ	オリーブオイル		
					わかめ	にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし レモン	ドレッシング		
22	金	おおだしょう がっこう ねんせい ねんせい じゅんびしょうがっこう ねんせい きょうりょく 大田小学校1年生・2年生、淳美小学校4年生は給食がありません。								
		な 菜めし		県産牛乳	菜めしのもと		市内産米 市内産押し麦		585 23.7 1.6	775 31.3 2.2
		にく 肉じゃが		秋吉台高原牛 厚揚げ	にんじん	玉ねぎ 枝豆	じゃがいも こんにゃく 砂糖	油		
		うめ 梅おかかあえ		花かつお	にんじん	キャベツ もやし ねり梅	砂糖			
25	月	むぎ 麦ごはん いわしおかか煮 キャベツの昆布あえ とうにゅう 豆乳キムチ汁		いわし かつおぶし 県産牛乳			市内産米 市内産押し麦 砂糖		594 26.6 2.4	749 32.4 3.1
					塩昆布	にんじん	キャベツ			
				ぶた肉 県産豆腐 県産豆腐 県産みそ	にんじん ねぎ	キムチ 白菜 だいこん ごぼう	こんにゃく 里芋			
26	火	アップルパン ビーフシチュー かいそう 海草サラダ		県産牛乳			アップルパン		635 19.8 2.8	803 24.1 3.5
				秋吉台高原牛	にんじん ブロccoli	玉ねぎ しめじ	じゃがいも	ビーフシチュールウ 油		
					海草ミックス	にんじん	キャベツ とうもろこし	ドレッシング		
27	水	とりにくのかりかり揚げは、下味をつけたとりにくを美祿市産大麦の粉をつけて揚げた新メニューです。								
		むぎ 麦ごはん とりにくのかりかり揚げ		とりにく 県産牛乳		にんにく しょうが	市内産米 市内産押し麦 市内産大豆粉	揚げ油	652 28.6 2.6	830 35.2 3.6
		こまつな 小松菜のソテー		ベーコン	にんじん 小松菜	キャベツ		油		
		しる なすのみそ汁		県産豆腐 油揚げ 県産みそ	わかめ	にんじん	なす 玉ねぎ	さつまいも		
28	木	おおだしょう あやぎしょう じゅんびしょう ねんせい きょうりょく 大田小・綾木小・淳美小6年生は給食がありません。								
		ゆかりごはん		県産牛乳	しそごはんの素		市内産米 市内産押し麦		645 23.9 3.2	801 28.9 4.3
		カレーうどん		秋吉台高原牛 ぶた肉 レンズ豆	にんじん ねぎ	キャベツ 玉ねぎ	県産うどん じゃがいも	カレールウ 油		
		ビーンズサラダ		大豆 大福豆 金時豆 まぐろ水煮	わかめ	にんじん	キャベツ	ドレッシング		
29	金	 季節の行事 「 中秋の名月 」 ススキや月見団子、収穫したお芋などをお供えて、収穫に感謝する行事です。 						大田小・綾木小・淳美小6年生は給食がありません。		
		むぎ 麦ごはん お月見だんご		県産牛乳			市内産米 市内産押し麦 お月見だんご		643 28.5 1.7	813 34.1 2.3
		ホキのもみじ焼き たくあんあえ		ホキ 花かつお	にんじん	キャベツ たくあん	砂糖	マヨネーズ		
		うおそうめん汁		魚そうめん 県産豆腐	にんじん ねぎ	白菜 大根				