

令和8年



9 月 分 学 校 給 食 献 立 予 定 表



棚倉町学校給食センター

日 / 曜	欠食校 ・ 行事等	献立名	あか		みどり		き		栄養成分表示				
			おもに体をつくる食品		おもに体の調子を整える食品		おもにエネルギーになる食品		エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	
										kcal	g	g	g
1 / 火	防災の日 献立 全小6年	ごはん いわしの生姜煮 すいとん汁	牛乳 鶏肉 みそ	いわし生姜煮 油揚げ	キャベツ 干しいたけ 大根 小松菜	きゅうり はくさい にんじん バナナ	ごはん すいとん	418 620 723	17.6 24.2 27.3	10.8 16.1 17.5	2.0 2.4 2.8		
2 / 水	棚倉町産 ブルーベリーを 使った献立	ブルーベリーパン かぼちゃとさつまいものコロッケ オニオンスープ	牛乳	ベーコン	夏みかん にんじん 小松菜	キャベツ たまねぎ	ブルーベリーパン かぼちゃとさつまいものコロッケ 油 ブルーベリー&マーガリン さとう	468 689 829	11.4 19.5 23.4	18.5 25.4 28.9	1.5 2.2 2.7		
3 / 木		ごはん 鶏肉の塩こうじ焼き にら玉汁	牛乳 鶏卵	鶏肉 ベーコン	にんじん キャベツ にら	小松菜 干しいたけ	ごはん じゃがいも ビーフン ごま さとう 片栗粉	434 613 730	19.2 26.7 30.9	14.0 20.1 22.6	1.7 2.1 2.5		
4 / 金	全小5年	しょうゆラーメン ぎょうざ	牛乳 豚肉 チキンハム	なると ぎゅうざ	メンマ にんじん 小松菜 キャベツ	ねぎ もやし きゅうり	中華めん ごま	412 619 778	17.2 25.7 31.8	12.5 20.6 22.5	1.8 2.4 2.9		
7 / 月		ごはん ヤンニョムチキン 中華コーンスープ	牛乳 ソフトチキン 豆腐	鶏肉 鶏卵	キャベツ はくさい にんじん	きゅうり ねぎ コーン	ごはん 片栗粉 ごま油 ごま	451 629 737	20.1 27.8 31.9	16.8 23.2 25.5	1.5 1.9 2.1		
8 / 火	かみかみ 献立	ごはん さんまかば焼き もやしのみそ汁	牛乳 鶏肉 みそ	さんま開き 油揚げ	れんこん いんげん もやし	にんじん キャベツ ねぎ	ごはん さとう 油	449 643 803	15.7 23.2 28.7	15.9 23.1 28.9	1.7 2.1 2.5		
9 / 水	中学校	背割れコッペパン スラッピージョー アルファベットスープ	牛乳 鶏ひき肉	豚ひき肉 ベーコン	たまねぎ えのき きゅうり コーン	マッシュルーム キャベツ にんじん すりおろしりんご	背割れコッペパン 油 パン粉 アルファベットマカロニ	433 671 801	18.6 28.6 33.7	17.6 25.9 29.8	2.1 2.9 3.4		
10 / 木	中学校	ごはん ハンバーグのチーズ焼き わかめスープ	牛乳 チーズ 豆腐	ハンバーグ ベーコン わかめ	たまねぎ いんげん にんじん	キャベツ はくさい ねぎ コーン	ごはん じゃがいも 油 ふりかけ	461 672 812	15.4 23.4 27.9	16.8 25.0 29.2	1.7 2.1 2.6		
11 / 金		鶏そぼろごはん ふっくら寄せ 豆腐のみそ汁	牛乳 鶏肉 豆腐 糸かつお節	みそ いり玉子 ふっくら寄せ	枝豆 もやし はくさい	キャベツ にら 大根	ごはん じゃがいも	478 646 817	24.1 30.9 39.8	12.7 18.0 21.5	2.3 3.0 3.7		
14 / 月		ごはん ささみカツ キャベツのおかかマヨ和え 厚揚げのみそ汁	牛乳 ちくわ 厚揚げ	ササミカツ 糸かつお節 みそ	キャベツ にんじん えのき 小松菜	もやし はくさい ねぎ	ごはん 油	433 633 733	17.6 26.6 29.1	12.9 19.1 21.2	1.6 2.1 2.4		
15 / 火	棚小3年	ごはん きのこ信田 ツナけんちん汁	牛乳 豚肉 ツナ みそ	きのこ信田 大豆 豆腐	にんじん にら 大根	もやし ごぼう はくさい ねぎ	ごはん こんにゃく マロニー 片栗粉 ごま油 じゃがいも	447 616 718	18.4 24.8 27.7	13.4 18.9 20.3	1.8 2.1 2.4		



9 月 分 学 校 給 食 献 立 予 定 表



日 / 曜	欠食校 ・ 行事等	献立名	あか			みどり		き		栄養成分表示			
			おもに体をつくる食品			おもに体の調子を整える食品		おもにエネルギーになる食品		エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
										kcal	g	g	g
16 / 水	近幼	黒糖コッペパン 白身魚のパン粉焼き かぼちゃのポタージュ	牛乳 ベーコン	白身魚		キャベツ にんじん かぼちゃ たまねぎ	きゅうり コーン ソテーオニオン	黒糖コッペパン 油	さとう パン粉	415 646 779	16.6 26.5 31.8	13.6 20.7 23.5	1.5 2.2 2.7
17 / 木	棚小1年	ごはん 五目玉子焼き きのこ汁	牛乳 チキンハム みそ	五目玉子焼き 油揚げ		きゅうり はくさい まいたけ ほうれん草	たまねぎ しめじ にんじん	ごはん ふりかけ	さつまいも	505 678 810	15.4 21 24.3	18.0 24.1 27.6	1.7 2.0 2.4
18 / 金	ふくしま旬の 食材活用事業 献立	麦ごはん ポークカレー 県産一口りんごのコンポート	牛乳 海藻サラダ	豚肉 カニカマ(カニ無し)		たまねぎ グリーンピース すりおろしりんご 大根	にんじん トマトピューレ キャベツ コーン りんごのコンポート	麦ごはん ごま油 じゃがいも	カレールー さとう 油	448 712 843	12.5 20.3 23.4	12.2 20.8 23.5	1.9 3.2 3.8
21		敬老の日											
22		休日											
23		秋分の日											
24 / 木	棚幼	ごはん 鶏肉のメキシカンソース 野菜スープ	牛乳 ポテトサラダ 県産ブルーベリーゼリー	鶏肉 鶏卵		たまねぎ ピーマン きゅうり もやし	にんじん ダイストマト缶 キャベツ えのき	ごはん 油 ブルーベリーゼリー	じゃがいも さとう	474 663 785	18.2 25.9 30.0	14.7 21.4 24.3	1.5 2.0 2.3
25 / 金	社幼	豚汁うどん 目玉焼き風オムレツ お月見デザート	牛乳 豆のサラダ	豆腐 目玉焼き風オムレツ みそ		にんじん ごぼう 枝豆 きゅうり	大根 ねぎ ブロッコリー コーン	ソフトめん 油 ごま油 お月見デザート	じゃがいも ごま さとう	459 699 870	19.6 28.9 35.6	11.7 17.4 19.8	1.9 2.3 2.7
28 / 月	近幼	ごはん ほうれん草入りぎょうざ 春雨スープ	牛乳 豚キムチ	ほうれん草入りぎょうざ ベーコン		はくさい ねぎ キャベツ チンゲン菜	にら キムチ コーン しめじ	ごはん ごま ごま油	春雨 さとう	396 602 699	12.1 19.5 21.8	12.6 20.1 21.9	1.7 2.2 2.5
29 / 火		ごはん 県産鶏つくね どさんこ汁	牛乳 ほうれん草のいそ和え	県産鶏つくね ベーコン のり		ほうれん草 にんじん もやし	キャベツ たまねぎ コーン	ごはん ごま じゃがいも	バター 油	402 631 724	14.8 24.3 26.7	12.4 21.8 22.8	1.7 2.3 2.6
30 / 水	近津小学校 希望献立	ココア揚げパン 鶏肉の照焼き わかめスープ	牛乳 チーズサラダ ミルメーク	鶏肉 豆腐		きゅうり コーン ねぎ	キャベツ たまねぎ にんじん	ココア揚げパン 油 ミルメーク		418 655 791	16.9 27.2 32.7	16.5 24.8 28.8	2.1 2.8 3.4

※ 栄養価の欄は、上段が幼稚園、中段が小学校、下段が中学校の摂取栄養量です。

※ 天候や急激な価格の高騰等のため、献立が変更になる事があります。予めご了承願います。

※ アレルギーなどで知りたい食品等がありましたら、給食センターの栄養士までご相談ください。(TEL33-3438)

合計:19食

1カ月平均

442	16.9	14.4	1.7
649	25.0	21.3	2.3
778	29.3	24.2	2.7