

こんげつ もくひょう やまがた あじ し
今月の目標：山形の味を知ろう

日曜	献立名 ★牛乳(200cc)は毎日つきます	さいろの食品 おもにエネルギーになる	あかの食品 おもにからだをつくる	みどりの食品 おもにからだの調子をととのえる	1人1日 (kcal)	備考
1 水	【市制施行記念献立】 赤飯 鶏ごぼう汁 根菜入りつくね だいこん 大根サラダ	せきはん ごま さといも ドレッシング	牛乳 とりだんご なんと とりにく かつおツナ	ごぼう しめじ ねぎ たまねぎ れんこん だいこん ブロッコリー あかピーマン ゆず	小学校 567 中学校 679	ちょこつと食育タイム (第一中)
2 木	【二中お好み献立】 「給食で季節を感じよう献立」 ごはん 芋煮 さばのみそ煮 こまつな 小松菜おひたし ヨーグルト	ごはん さといも さとう	牛乳 ぎゅうにく さば みそ ちくわ ヨーグルト	ごぼう こんにゃく しめじ ねぎ こまつな はくさい にんじん えだまめ	692 882	
3 金	ごはん 豆腐とわかめのみそ汁 ごもくやさいにくだんご 五目野菜肉団子 にんじんしりしり	ごはん パンこ ごまあぶら	牛乳 わかめ とうふ みそ とりにく ぶたにく たまご かつおぶし こうやどうふ	ねぎ キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ	582 767	ちょこつと食育タイム (第三中)
6 月	【お月見献立】 五目ごはん さといもけんちん汁 まんげつ 満月チーズオムレツ こまつな しおこんが つきみ 小松菜の塩昆布あえ お月見ゼリー	ごはん さといも ごま ごまあぶら ゼリー	牛乳 とりにく あぶらあげ みそ たまご チーズ こんぶ	ごぼう たけのこ こんにゃく にんじん しいたけ だいこん ねぎ キャベツ こまつな もやし	576 720	
7 火	【山口小お好み献立】 「みんな大好き洋風献立」 食パン ポトフ ヤンニョムチキン ブロッコリーサラダ	パン じゃがいも さとう ごまあぶら でんぷん あぶら ごま ドレッシング	牛乳 ベーコン ウインナー とりにく かつおツナ	たまねぎ にんじん ブロッコリー にんにく もやし きゅうり あかピーマン レモン	705 888	ちょこつと食育タイム (第二中)
8 水	【山形ワイヴァンズ応援献立】 ごはん けの汁 ハンバーグアップルソース いか入りおひたし	ごはん さとう でんぷん	牛乳 こうやどうふ あぶらあげ みそ ぶたにく とりにく いか	だいこん にんじん ごぼう ふき こんにゃく たまねぎ りんご にんにく しょうが ブロッコリー もやし	582 755	
9 木	ごはん 白菜のみそ汁 さけ 鮭フライ とりにく 鶏肉さっぱり煮	ごはん パンこ こむぎこ あぶら さとう	牛乳 あつあげ みそ さけ とりにく	はくさい えのきたけ ねぎ ごぼう にんにく しいたけ だいこん にんじん えだまめ こんにゃく	620 809	バイキング給食 (天童北部小・ 村特天童校)
10 金	【目の愛護デー献立】 ごはん かぼちゃカレー とんかつ カラフルサラダ	ごはん あぶら じゃがいも カレールー パンこ ドレッシング	牛乳 ぶたにく かつおツナ	にんにく たまねぎ かぼちゃ にんじん ブロッコリー キャベツ えだまめ カラーピーマン	806 1010	スプーン
14 火	食パン 豆乳スープ さっくりメンチカツ きりぼしだいこん 切干大根のナポリタン	パン ホワイトルー パンこ あぶら ちゅうかめん オリーブゆ さとう	牛乳 ベーコン とうにゅう とりにく ウインナー	たまねぎ にんじん ブロッコリー パセリ きりぼしだいこん トマト カラーピーマン	718 909	
15 水	【刈り上げもち献立】 ごはん しらたま ぞうに 白玉入り雑煮 みそだれつくね こまつな 小松菜のゆかりあえ	ごはん しらたま さとう パンこ ごま	牛乳 とりにく あぶらあげ ひじき みそ ちくわ	しいたけ ごぼう だいこん ぜんまい にんじん ねぎ たまねぎ しそ こまつな ブロッコリー もやし	620 793	
16 木	ごはん 野菜みそスープ くり 栗コロッケ ぶたにく 豚肉どんぶり風	ごはん じゃがいも さつまいも くり パンこ あぶら さとう	牛乳 ベーコン みそ ぶたにく	だいこん とうもろこし にんにく ねぎ こんにゃく たけのこ たまねぎ にんじん えだまめ	612 822	バイキング給食 (長岡小・千布小)

〈県産食材〉米(天童産はえぬき)、山形県産牛乳、豚肉、納豆、豆腐、天童産ねぎ、天童産小松菜、ブロッコリー、里芋、きゅうり、大根、もやし、えのきたけ、しめじ、えだまめ、にんじん、天童産りんご

【食物アレルギーの原因となる食品の使用に関して】

現在、天童市の学校給食では、年間を通して「そば、落花生、くるみ、あわび、いくら、キウイフルーツ、カシューナッツ、アーモンド、マカダミアナッツ」を含む食品と、「生卵」は使用していません。

海藻類や小魚類、貝類については、「えび」や「かに」、「貝」などがついていることがあります。

加工品については、その製造工場内でアレルゲンを含んだ食品を使用しているものもあるため、給食の原材料として使用しないアレルギーンでも、コンタミネーションとして混入することがあります。

給食に使用する食材について、心配なことがある場合は、学校給食センター(654-2441)までお問い合わせください。

日曜	献立名 ★牛乳(200cc)は毎日つきます	きいろの食品 おもにエネルギーになる	あかの食品 おもにからだをつくる	みどりの食品 おもにからだの調子をととのえる	1人1日 (kcal)	備考
17金	【三中お好み献立】 「秋の先どり献立」 わかめごはん 豚汁 鶏のからあげ りんご 焼きプリンタルト	ごはん じゃがいも でんぷん あぶら やきプリンタルト	牛乳 わかめ ぶたにく あぶらあげ みそ とりにく	ごぼう こんにゃく だいこん にんじん ねぎ しょうが りんご	802 941	ちょこっと食育タイム (第四中)
20月	ごはん さつま汁 しいらレモンペッパー焼き ひじきサラダ 納豆	ごはん さつまいも ドレッシング	牛乳 ぶたにく あつあげ みそ しいら ひじき かまぼこ なっとう	ごぼう こんにゃく だいこん にんじん ねぎ レモン もやし とうもろこし こまつな しそ	673 869	
21火	ごはん ワンタンスープ フィレオチキン 秋野菜のナムル	ごはん ワンタン でんぷん あぶら ごまあぶら ごま	牛乳 ぶたにく とりにく	しいたけ にんじん たけのこ ねぎ こまつな もやし れんこん	542 709	
22水	ごはん 麻婆大根 きのこしゅうまい パンサンスー	ごはん あぶら さとう でんぷん こむぎこ はるさめ	牛乳 あつあげ ぶたにく みそ くらげ とりにく	だいこん たまねぎ にんじん ねぎ しょうが にんにく しいたけ しめじ きゅうり もやし	644 806	ちょこっと食育タイム (天童南部小) スプーン
23木	ごはん 大根のみそ汁 いかメンチカツ メンマ炒め	ごはん パンこ こむぎこ あぶら ごまあぶら	牛乳 あぶらあげ とうふ みそ いか ぶたにく	だいこん しいたけ ねぎ キャベツ にんじん しょうが メンマ こんにゃく カラーピーマン	603 787	バイキング給食 (天童南部小)
24金	【天童中部小お好み献立】 「秋の食べ物発見！献立」 ごはん 秋野菜カレースープ コーンコロッケ 豚キムチ炒め	ごはん マカロニ さつまいも こむぎこ パンこ あぶら	牛乳 ウィナー ぶたにく	にんじん たまねぎ しめじ とうもろこし はくさいキムチ はくさい こまつな たけのこ	647 878	ちょこっと食育タイム (蔵増小)
27月	【カミカミ献立】 ごはん 庄内風芋煮 いわし梅煮 たくあん入りおひたし よくかむふりかけ	ごはん さといも さとう ごま ふりかけ	牛乳 ぶたにく あつあげ みそ いわし わかめ ひじき	こんにゃく しめじ ねぎ うめ しょうが キャベツ もやし にんじん たくあん	579 758	
28火	ごはん うま塩スープ 三色そばろ れんこんのマヨおかかあえ	ごはん じゃがいも ごまあぶら さとう エッグフリーマヨネーズ	牛乳 とりだんご かまぼこ ぶたにく たまご かつおぶし	ねぎ にんじん ブロッコリー にんにく しょうが さやいんげん れんこん キャベツ きゅうり とうもろこし	580 760	スプーン
29水	【図書給食(中学校向け)】 「さよならごはんを今夜も君と」より ねこまんま ごはん ゴロゴロ野菜とチキンのポトフ ローストチキン 海藻サラダ	ごはん じゃがいも さとう ごまあぶら ドレッシング	牛乳 かつおぶし とりにく かいそう	たまねぎ にんじん ブロッコリー しめじ しょうが にんにく しそ きゅうり もやし とうもろこし	603 745	ちょこっと食育タイム (津山小)
30木	ごはん 王将ねぎのみそ汁 とうにゅう 豆乳コロッケ ポテトとひじきの炒め煮	ごはん パンこ こむぎこ あぶら じゃがいも さとう	牛乳 あつあげ みそ とうにゅう とりにく ひじき こうやどうふ	えのきたけ だいこん ねぎ たまねぎ とうもろこし にんじん えだまめ	669 871	バイキング給食 (成生小)
31金	食パン パンプキンスープ かぼちゃ型ハンバーグ マカロニサラダ	パン ホワイトルウ さとう でんぷん マカロニ エッグフリーマヨネーズ	牛乳 ベーコン なまクリーム とりにく かつおツナ	たまねぎ かぼちゃ にんじん しょうが きゅうり カラーピーマン ブロッコリー	689 912	ちょこっと食育タイム (寺津小) スプーン

かんそうしょうかい
★ 感想紹介コーナー ★

「夏バテ予防献立」8/27(水)

＊ゴーヤやなすなどの夏野菜が沢山人っていて、おいしく夏バテ予防ができる献立でとてもいいなと思いました。野菜が苦手な生徒でも食べやすい工夫がされていて、おかわりする子が多くいました。(第二中)

「防災の日献立」9/1(月)

＊非常食を食べる経験ができ、よかったです。おいしくいただきました。
「災害はこわいけど、ごはんはおいしいから安心だね。」という声がありました。
食を通じて過去の災害や備えを伝えていくという機会は大切だと思います。(成生小)

さんじょう
きのこレンジャー参上

しゅるい しら
きのこにはどんな種類があるか、調べてみましょう。