



9月献立表 (2025年)



桑名市教育委員会
長島学校給食献立作成委員会

ひ つ け	よう び	こんだてめい 献立名	あか からだをつくる		みどり からだのちょうしをとのえる		き もえてねつやちからをだす		備考	エネルギー kcal
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
			に	ぎゅうにゅう	ほうれんそう	みかん	こめ	あぶら		
1	月	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		トマトスパゲッティ	まぐろあぶらづけ		トマト	たまねぎ にんにく	スパゲッティ さとう	あぶら		542
		コーンスープ	とりにく		にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし	でんぶん	あぶら		
2	火	むぎごはん はっこうにゅう		はっこうにゅう						
		なつやさいカレー	とりにく		にんじん かぼちゃ トマト	にんにく しょうが たまねぎ なす えだまめ	カレールー	あぶら		603
		ツサラダ	まぐろあぶらづけ		にんじん こまつな	キャベツ		ドレッシング(わふう)		
3	水	わかめごはん ぎゅうにゅう		わかめ ぎゅうにゅう						
		いわしのうめに	いわしのうめ							
		そくせきづけ		こんぶ		キャベツ				
		けんちんじる	とりにく とうふ		にんじん	ごぼう だいこん こんにゃく ねぎ ほししいたけ		あぶら ごまあぶら		616
4	木	てりやきハンバーガー(バーガーパン					バーガーパン			
		てりやきハンバーグ マヨキャベツ)	ハンバーグ (とりにく ぶたにく)			ハンバーグ(たまねぎ) キャベツ	さとう でんぶん	マヨネーズ		
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		とうがんスープ	ベーコン		にんじん にら	たまねぎ しめじ とうがん				
		チーズ		チーズ						
5	金	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		はるまき	はるまき(ぶたにく)		はるまき(にんじん)	はるまき(キャベツ たまねぎ)	はるまき (こむぎこ はるさめ)	あぶら		
		もやしのナムル	ささみフレーク		こまつな	もやし とうもろこし		ドレッシング(ナムル)		
		キムチスープ	やきぶた とうふ		にんじん	だいこん えのきたけ キムチ ねぎ				618
8	月	こめコバン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		しろみぎかなのマリネ	たら		にんじん パセリ	たまねぎ レモンかじゅう	でんぶん さとう	あぶら		
		チキンスープ	とりにく		にんじん	たまねぎ しめじ えだまめ	じゃがいも			594
		いちごジャム					いちごジャム			
9	火	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		ビビンバ	ぶたにく みそ きんしたまご		にんじん ほうれんそう	しょうが にんにく もやし	さとう	あぶら ごまあぶら ごま		595
		ワンタンスープ	やきぶた		にんじん	たまねぎ しめじ ねぎ	ワンタン(こむぎこ)			
10	水	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		さわらのしょうがに	さわら			しょうが	さとう			
		ごまひじきあえ		しそひじき		キャベツ		ごま		まごわやさしい献立
		じゃがいものみそしる	あつあげ みそ		にんじん こまつな	たまねぎ えのきたけ	じゃがいも			
11	木	ツイストパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ツイストパン			
		あんかけやきそば	ぶたにく えび		にんじん	しょうが たけのこ たまねぎ キャベツ もやし	やきそばめん でんぶん	ごまあぶら あぶら		伊曽島小5年社会見学 (給食なし)
		こざかないりフライビーンズ	だいず	かたくりいわし			でんぶん さとう	あぶら		
		バナナヨーグルト		ヨーグルト						
12	金	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		ひじきそぼろ	とりにく だいず	ひじき	にんじん	しょうが たまねぎ えだまめ とうもろこし	さとう	あぶら		桑名市統一献立
		めったじる	ぶたにく みそ		こまつな	だいこん ごぼう たまねぎ こんにゃく ねぎ	さつま芋			602
16	火	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		マーボー豆腐	ぶたにく とうふ だいず みそ		にんじん	しょうが にんにく たまねぎ ほししいたけ ねぎ	さとう でんぶん	あぶら ごまあぶら		桑名市統一献立
		はるさめサラダ	ささみフレーク		こまつな	もやし	はるさめ	ドレッシング(ナムル)		626
17	水	シーチキンごはん ぎゅうにゅう	まぐろあぶらづけ	ぎゅうにゅう	にんじん	ごぼう えのきたけ こんにゃく	こめ むぎ さとう			
		チキンカツ	チキンカツ (とりにく)				チキンカツ (パンこ こむぎこ)	あぶら		626
		かきたまじる	たまご とうふ	わかめ	にんじん	たまねぎ ねぎ	でんぶん			
18	木	こくとうパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こくとうパン			
		ポークビーンズ	ぶたにく だいず		にんじん トマト	にんにく たまねぎ	さとう じゃがいも	あぶら		
		スパゲッティサラダ	まぐろあぶらづけ			キャベツ きゅうり とうもろこし	スパゲッティ	ドレッシング(コーン)		662
19	金	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		あじフライ	あじフライ(あじ)				あじフライ (パンこ こむぎこ)	あぶら		
		もやしソテー	ぶたにく		にんじん	もやし		あぶら		桑名市統一献立 ふるさと発見ランチ 【ひじき入りのりの佃煮】
		きのこのみそしる	とうふ みそ	わかめ		たまねぎ だいこん しめじ えのきたけ				
		ひじきいりのりのつくだに		つくだに						
22	月	ミルクパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ミルクパン			
		カバリア・コン・トマテ (さばのトマトソースがけ)	さば		にんじん パプリカ	にんにく たまねぎ セロリ	でんぶん さとう	あぶら		桑名市統一献立 ワールドランチ 【スペイン】
		ひよこまめとウインナーのカレースープ	ウインナー		パセリ	にんにく たまねぎ	ひよこまめ じゃがいも			
24	水	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		こうや豆腐のたまごとし	こうや豆腐 たまご とりにく ちくわ		にんじん	たまねぎ ほししいたけ ねぎ	でんぶん さとう			骨コツメニュー
		こまつなとツナのオイマヨサラダ	まぐろあぶらづけ		にんじん こまつな	もやし		マヨネーズ ごま		602
25	木	バターロール ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			バターロール			
		やきうどん	ぶたにく ちくわ かつおこ	あおさこ	にんじん	しょうが キャベツ ねぎ	うどん	あぶら		
		あげぎょうざ	ぎょうざ(ぶたにく)		ぎょうざ(にら)	ぎょうざ(キャベツ たまねぎ)	ぎょうざ(こむぎこ)	あぶら		611
		ごぼうサラダ	まぐろあぶらづけ		にんじん ほうれんそう	ごぼう	さとう	マヨネーズ		
26	金	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		あつやきたまご	あつやきたまご							
		あかじそあえ			あかじそこ	キャベツ				長島幼稚園社会見学 (給食なし)
		ほそぎりこんぶのいけために	ぶたにく さつまあげ	こんぶ	にんじん	ごぼう こんにゃく	さとう じゃがいも	あぶら		599
29	月	こがたミルクパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ミルクパン			
		メンマいりやきちゃんぽんめん	やきぶた なんと		にんじん	しょうが にんにく たまねぎ もやし キャベツ ねぎ メンマ	やきそばめん	あぶら		桑名市統一献立 ふるさと発見ランチ 【メンマ】
		チーズいりコーンマヨ	まぐろあぶらづけ	チーズ		キャベツ とうもろこし		マヨネーズ		588
30	火	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		いかのレモンふうみあげ	いか			レモンかじゅう	こめ むぎ さとう でんぶん	あぶら		
		たくあんあえ				キャベツ たくあん				
		じゃがいものそぼろに	とりにく		にんじん	たまねぎ しらたき えだまめ	じゃがいも さとう でんぶん	あぶら		653

◎材料の都合によりやむをえず献立を一部変更することがありますのでご了承ください。 ◎「はし」は毎日持ってきてください。使ったあとは家に持ち帰りきれいに洗いましょう。

◎幼稚園は、ご飯(火・水・金)の時、牛乳ではなく70gのヨーグルトか110mlの発酵乳になります。