



9月 きゅうしょくこんだて表



2024年

別府市学校給食センター (C)

はし	日	曜	主食	牛乳	おかず	血や肉になる	熱や力になる	体の調子を ととのえる	エネルギー (kcal) 小学生	エネルギー (kcal) 中学生	
	2	月	黒砂糖パン		ポークビーンズ ツナと小松菜のサラダ	牛乳, 豚肉, ベーコン, 大豆, ツナ	黒砂糖パン, じゃがいも油, 三温糖, ごま, ごま油	玉ねぎ, 人参, 枝豆, 小松菜, トマト缶, キャベツ, コーン缶, カボス果汁	592kcal	752kcal	
	3	火	コッペパン		タンドリーチキン オニオンスープ ブロッコリーサラダ	牛乳, 鶏肉, ベーコン	コッペパン, じゃがいも油, 米粉	玉ねぎ, コーン, パセリ, ブロッコリー, きゅうり	527kcal	630kcal	
★	4	水	ごはん		トリニータ丼 のっぺい汁 お芋の大福 (豆乳クリーム入り)	牛乳, 鶏肉, 豚肉, 油揚げ	米, 片栗粉, 油, 三温糖, ごま油, 里芋, 大福, さつまいも	ニラ, 大根, 人参, こんにゃく, 乾しいたけ, ネギ	705kcal	839kcal	
★	5	木	ごはん		さんまの梅煮 なめこのみそ汁 荳わかめの炒め物	牛乳, さんま, 鶏肉, 油揚げ, 厚揚げ, みそ, くわかめ	米, 三温糖, 片栗粉, 油, ごま油	梅びしお, こんにゃく, 人参, 玉ねぎ, なめこ, ネギ	693kcal	841kcal	
	6	金	コッペパン		ソースハンバーグ コンソメスープ ひじきサラダ	牛乳, 牛肉, 豚肉, 豆腐, ひじき, ささみ, ベーコン	コッペパン, パン粉, 三温糖, マカロニ, マヨネーズ	玉ねぎ, 人参, キャベツ, パセリ, きゅうり, コーン	581kcal	734kcal	
★	9	月	ごはん		ホキの野菜あんかけ かぼちゃのみそ汁 お祝いのり	牛乳, ホキ, 油揚げ, みそ, 味付けのり	米, 片栗粉, 油, 三温糖, ごま油	玉ねぎ, 人参, えのきたけ, だけのこ, 大根, かぼちゃ, ネギ	600kcal	715kcal	
★	10	火	ごはん		じゃがいものそぼろ煮 わかめのすまし汁 ひじきと大豆のふりかけ	牛乳, 鶏肉, 厚揚げ, 豆腐, わかめ, 大豆粉, かまぼこ, ひじき	米, 油, じゃがいも, 三温糖, ごま	こんにゃく, 玉ねぎ, 人参, 枝豆, えのきたけ, ネギ	642kcal	788kcal	
	11	水	コッペパン		豆乳シチュー 元気サラダ お月見ゼリー	牛乳, 鶏肉, 豆乳, ハム, 塩昆布, 鯉節	コッペパン, 油, じゃがいも, 三温糖, ゼリー	玉ねぎ, 人参, しめじ, 枝豆, キャベツ, きゅうり, トマト, コーン缶, カボス果汁	568kcal	708kcal	
★	12	木	ごはん		とり肉とれんこんの甘辛いいため もずく入りたまごスープ	牛乳, 鶏肉, 厚揚げ, たまご, もずく, かまぼこ	米, 油, 三温糖, ごま油, 片栗粉	れんこん, ネギ, 人参, ニラ	533kcal	643kcal	
	13	金	ミルクパン		タラのマーマレードソース ミネストローネ グリーンサラダ	牛乳, タラ, ウィンナー, チーズ	ミルクパン, 油, マーマレード, 片栗粉, じゃがいも, マヨネーズ	玉ねぎ, キャベツ, 人参, トマト缶, パセリ, ブロッコリー, きゅうり	645kcal	819kcal	
	16	月	敬老の日								
★	17	火	少なめ ごはん		ちりめんのかき揚げ 五目うどん 大葉みそ	牛乳, ちりめん, 鶏肉, 油揚げ, 豚肉, みそ	米, 中力粉, 油, 三温糖	玉ねぎ, ごぼう, 人参, ネギ, 乾しいたけ, 大葉	615kcal	800kcal	
	18	水	ごはん		ポークカレー フルーツ和え	牛乳, 豚肉, チーズ	米, 油, じゃがいも, ゼリー	人参, 玉ねぎ, 枝豆, バイン缶, もも缶, みかん缶	607kcal	745kcal	
★	19	木	ごはん		別府地獄揚げ 白玉汁 野菜の浅漬け	牛乳, 鶏肉	米, 片栗粉, 油, 三温糖, ごま油, ごま, 白玉団子, 上白糖	ごぼう, 人参, 大根, こんにゃく, ネギ, きゅうり, キャベツ, カボス果汁	645kcal	781kcal	
★	20	金	ミニ コッペパン		焼きビーフン 白菜と肉団子のスープ いちごジャム	牛乳, 豚肉, イカ, エビ, つくね	コッペパン, ビーフン, 油, ごま油, いちごジャム	キャベツ, もやし, 人参, きくらげ, ネギ, 白菜, 玉ねぎ	542kcal	698kcal	
	23	月	振替休日								
	24	火	コッペパン		とりのコーンフ레이크焼き ABCスープ コーンサラダ	牛乳, 鶏肉, ベーコン	コッペパン, マヨネーズ, コーンフ레이크, じゃがいも, マカロニ, 油	玉ねぎ, 人参, パセリ, ブロッコリー, コーン缶	580kcal	728kcal	
☆	25	水	ごはん		大根とひき肉の炒め物 えびとチンゲン菜のスープ	牛乳, 豚肉, 厚揚げ, エビ	米, 油, 三温糖, 片栗粉, 春雨, ごま油	大根, ネギ, もやし, 人参, チンゲン菜	542kcal	658kcal	
★	26	木	ごはん		トンカツ 味噌汁 キャベツの和風サラダ 1食ソース	牛乳, 豚肉, 豆腐, 油揚げ, みそ	米, マヨネーズ, 薄力粉, パン粉, 油, じゃがいも	人参, ネギ, キャベツ, きゅうり	648kcal	788kcal	
★	27	金	ごはん		とりの塩こうじ焼き 冬瓜の中華スープ 切干大根の和え物	牛乳, 鶏肉, ベーコン	米, ごま油, 三温糖	冬瓜, 人参, しめじ, ネギ, 小松菜, 切干大根	569kcal	686kcal	
	30	月	黒砂糖パン		ブラウンシチュー チーズとコーンのサラダ	牛乳, 豚肉, チーズ, ハム	黒砂糖パン, 油, じゃがいも, 三温糖	人参, 玉ねぎ, キャベツ, 枝豆, マッシュルーム, コーン缶, きゅうり	594kcal	759kcal	

〔注〕都合により献立を変更する場合があります。★の日はおはしを持ってきて下さい。

☆の日は、スプーンも付きますが、おはしを持ってくると食べやすいです。

