

9月の予定献立表			使用する材料			給食が 休みの 学校・学年 連絡等	栄養価		
日	曜	主食	献立名	血や肉になる 赤色の食品	体の調子整える 緑色の食品		熱や力になる 黄色の食品	エネルギーKcal	たんぱく質g
令和7年度 大郷町学校給食センター			◆◆◆ 太字の食材は大郷町産、二重下線の食材は宮城県産です ◆◆◆				小学校	中学校	
<p>今月のたまねぎは『風福農園』で作られたものです 生産者の伊藤 健一郎さん 菊池 凜也さんは おさと地域おこし協力隊(伊藤さんR4年9月~R7年3月, 菊池さんR7年4月~)</p> <p>お二人は『お笑いコンビ』『すまいるわんだーらんど』として YouTubeやいろいろなイベントで活躍中です!</p>			<p>『風福農園』 大郷の豊かな自然と 調和し、農業・ 化学肥料不使用で 野菜を栽培しています</p>			<p>伊藤さんより 2年前まで野菜作りは全くの初心者でしたが、独学で勉強して 今ではたくさんの野菜をみなさんにお届けできるようになりました! 大郷町で一緒に挑戦してくれる仲間大募集中です!!</p> <p>菊池さんより 一生懸命作った野菜をたくさん食べてくれると嬉しいです! お友達と遊んだり、勉強もがんばってね!</p>			
1	月	ごはん	ハンバーグトマトソース 風福農園のたまねぎサラダ たまごスープ	牛乳 鶏肉 豚肉 まぐろ水煮 鶏卵	トマト たまねぎ きゅうり キャベツ にんじん	ごはん 米油 でん粉		588 24.3 20.0	715 29.0 22.8
2	火	ごはん	マーボー豆腐 春雨サラダ ぶどうゼリー	牛乳 豚肉 豆腐 鶏肉	ねぎ にんじん 干しいたけ たけのこ にら もやし きゅうり	ごはん 米油 ごま油 でん粉 上白糖 春雨 ドレッシング ゼリー		586 22.2 15.4	715 30.5 17.5
3	水	米粉パン	チキンハーブ焼き スパゲティナポリタン キャベツとベーコンのスープ	牛乳 鶏肉 フランクフルト ベーコン	たまねぎ にんじん トマト エリンギ ピーマン キャベツ	パン バター スパゲティ 米油 じゃがいも		640 32.2 18.1	713 35.3 20.0
4	木	ごはん	まぐろのごまみそ煮 ほうれんそうのおかかあえ けんちん汁	牛乳 まぐろ かつお節 絹揚げ	ほうれんそう もやし にんじん ごぼう だいこん ねぎ	ごはん 大豆油 でん粉 ごま 三温糖 ごま油 さいとも		588 25.3 15.7	708 30.6 17.8
5	金	ごはん	たまご焼き甘酢あんかけ じゃがいものカレーそばろ煮 小松菜のみそ汁	牛乳 鶏卵 豚肉 油揚げ	ごぼう にんじん グリンピース 小松菜 だいこん ねぎ	ごはん 三温糖 でん粉 じゃがいも 米油	中学校	570 20.7 16.6	
8	月	ごはん	さんまのオレンジ煮 さつまいもサラダ たまねぎのみそ汁	牛乳 さんま ハム 油揚げ	きゅうり どうもろこし たまねぎ にんじん だいこん もやし	ごはん さつまいも マヨネーズ		637 22.7 24.5	771 30.3 27.0
9	火	ごはん	中華飯の具 揚げぎょうざ(小2コ中3コ) だいこんのナムル	牛乳 豚肉 いか かまぼこ	たまねぎ にんじん たけのこ 干しいたけ もやし はくさい チンゲンサイ だいこん ほうれんそう	ごはん 米油 でん粉 ごま油 ぎょうざの皮 大豆油 上白糖 ごま		600 20.6 18.8	761 30.2 22.8
10	水	米粉パン	ジャーマンポテト ミートボールスープ 栗とチョコのムース	牛乳 フランクフルト 鶏肉 豚肉	たまねぎ にんじん もやし キャベツ	パン バター じゃがいも 米油 ムース		580 25.6 27.4	703 30.2 31.0
11	木	ごはん	鶏肉の照り焼き わかめとキャベツのツナあえ もやしのみそ汁	牛乳 鶏肉 わかめ まぐろ水煮 豆腐	キャベツ きゅうり どうもろこし もやし ねぎ	ごはん 上白糖 じゃがいも		582 28.9 13.0	702 35.2 14.6
12	金	ごはん	肉だんご(小2コ中3コ) れんこんサラダ じゃがもち汁	牛乳 鶏肉 油揚げ	れんこん きゅうり ごぼう にんじん だいこん しめじ ねぎ	ごはん ドレッシング じゃがいも でん粉	小学1,2年	584 20.0 15.6	702 32.9 16.5
16	火	ごはん	ほっけの塩焼き きんぴらごぼう じゃがいものみそ汁	牛乳 ほっけ 豚肉 油揚げ	ごぼう にんじん えだ豆 だいこん こねぎ	ごはん 米油 ごま油 ごま 上白糖 じゃがいも		570 25.2 15.1	700 30.9 17.0
17	水	米粉パン	チキंगाーリックバジルソテー キャラメルポテト トマトとベーコンのスープ	牛乳 鶏肉 生クリーム ベーコン	エリンギ たまねぎ にんじん トマト キャベツ	パン 米油 大豆油 さつまいも 三温糖 バター		615 23.3 23.9	718 32.2 27.8
18	木	ごはん	さばの照り焼き 昆布とごぼうの炒め煮 すいとん汁	牛乳 さば 昆布 豚肉 鶏肉 油揚げ	ごぼう 豆もやし にんじん だいこん はくさい ねぎ	ごはん 米油 上白糖 小麦粉		661 25.9 21.8	794 31.1 18.1
19	金	ごはん	チキンカレー 海藻サラダ ヨーグルト	牛乳 鶏肉 わかめ 昆布 とさかのり ヨーグルト	たまねぎ にんじん トマト きゅうり キャベツ どうもろこし	ごはん 米油 じゃがいも		604 18.0 15.9	740 29.1 18.1
22	月	ごはん	鮭のから揚げ ほうれんそうのごまあえ きのこのみそ汁	牛乳 鮭 豆腐	ほうれんそう もやし にんじん はくさい えのきたけ しめじ エリンギ まいたけ ねぎ	ごはん 大豆油 でん粉 三温糖 ごま		582 24.4 17.6	704 29.4 20.4
24	水	米粉 コッペパン	ロングウインナーケチャップソースかけ コールスロー クラムチャウダー	牛乳 ウインナー あさり 生クリーム	キャベツ どうもろこし にんじん たまねぎ	パン 上白糖 ドレッシング バター じゃがいも		626 25.7 24.5	706 32.0 25.9
25	木	ごはん	赤魚のねぎソース きゅうりともやしのごま酢あえ 豚汁	牛乳 赤魚 油揚げ 豚肉 豆腐	ねぎ きゅうり もやし にんじん だいこん ごぼう	ごはん 大豆油 でん粉 ごま油 三温糖 上白糖 ごま 米油 じゃがいも	小学6年	598 25.0 18.7	727 28.3 21.4
26	金	ごはん	豚肉のみそ炒め 豆苗ともやしのツナサラダ にらたま汁	牛乳 豚肉 まぐろ水煮 鶏卵 豆腐	たまねぎ ごぼう 豆苗 もやし にら えのきたけ	ごはん ごま油 三温糖 ドレッシング でん粉	小学6年	573 25.6 14.6	707 31.1 16.5
29	月	ごはん	酢豚 きゅうりの中華あえ 春雨スープ	牛乳 豚肉	たまねぎ にんじん たけのこ 干しいたけ パプリカ ピーマン きゅうり もやし キャベツ ねぎ	ごはん 大豆油 でん粉 米油 ごま油 三温糖 ドレッシング 春雨	中学校	583 21.7 15.2	
30	火	ごはん	鶏たまごぼろ 小松菜ともやしのおひたし わかめのみそ汁	牛乳 鶏肉 豚肉 鶏卵 大豆 わかめ 豆腐	たまねぎ えだ豆 小松菜 もやし だいこん ねぎ	ごはん 米油 上白糖 じゃがいも	中学校	604 25.2 21.6	

体内時計を
ととのえよう!
 給食がある日は牛乳がつかます
 『はし』は給食がある日は忘れずにもってきてください!
 今月の平均栄養量:エネルギー たんぱく質 脂質 塩分
 小学校: 599Kcal 24.2g 18.7g 1.8g
 中学校: 722Kcal 31.7g 21.2g 2.2g
 ◆ 予定献立表は大郷町のホームページでもご覧いただけます
 ◆ 学校行事、物資の都合により献立が変更になる場合もあります
 ◆ 各学校の給食の有無は、学校により等でもご確認ください