



十五夜 (9月29日)

2023年 8・9月 学校給食献立表

☆朝ごはん必ず食べよう☆

高取町立学校給食センター (幼稚園・小学校)

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える
29 火	こめこパン りんごジャム れいめん (スープこぶくろ) えだまめ	○	牛乳 錦糸卵,焼き豚,ワカメ	米粉パン,りんごジャム 中華めん	きゅうり,ほうれん草 枝豆
30 水	ごはん (カレーざら) ふくじんづけ なつやさいカレー フルーツあんじん	○	牛乳 豚ひき肉	精白米 じゃがいも,米油 やわらか杏仁豆腐	福神漬 たまねぎ,にんじん,かぼちゃ,なす,トマト,赤ピーマン,りんごピュレ みかん缶詰,黄桃缶詰,バナナ缶詰
31 木	ピザトースト やさいたっぷりスープ ミルクココア	○	牛乳,ベーコン,ピザチーズ ベーコン	食パン,砂糖,米油 ミルクココア	ピーマン,たまねぎ,コーン,エリンギ かぼちゃ,にんじん,小松菜,干ししいたけ,たまねぎ
1 金	ほろさいのひ ごはん (どんぶり) たかなどん こさかなこぶくろ 救急根菜汁 (きゅうきゅうこんさいじる)	○	牛乳 豚ひき肉,炒り卵,小魚小袋	精白米 米油,ごま油,砂糖,白すりごま さつまいも,てんぷん	たか菜漬け,にんじん,にんにく 玉ねぎ,にんじん,ごぼう,だいこん,しいたけ,こんにゃく,コーン
4 月	ごはん ふりかけ ヤクルト マーボーなす はくさいとぶたにくのスープ	○	牛乳,ふりかけ,ヤクルト 豚ひき肉 豚肉	精白米 米油,てん粉 ごま油	しょうが,にんにく,なす,にんじん,枝豆,たまねぎ,干ししいたけ 白菜,干ししいたけ,にんじん,青ねぎ
5 火	コッペパン ルバーグトマトソース コンピネーションサラダ ぶたにくとトマトのスープ	○	牛乳 うさぎ型ルバーグ 豚肉	コッペパン,砂糖 フルーフクリームドレッシング じゃがいも	ブロッコリー,きゅうり,キャベツ トマト,にんじん,たまねぎ,小松菜
6 水	おぎごはん (どんぶり) たくあん ぶたどん ニラのおひたし	○	牛乳 豚肉,かまぼこ	精白米,精麦 米油,砂糖 白すりごま,砂糖,ごま油	きざみたくあん たまねぎ,にんじん,青ねぎ,にんにく,しょうが にら,白菜,えのきたけ
7 木	こめこパン ミルクココア かいせんフライ パンサンデー とうがんのスープ	○	牛乳 海鮮フライ 鶏肉	米粉パン,ミルクココア 米油 はるさめ,砂糖,ごま油 てん粉	キャベツ,きゅうり とうがん,にんじん,ほうれん草,干ししいたけ
8 金	ゆかりごはん さんまのかばやき はくさいつけ とうふとわかめのみそしる	○	牛乳 さんま切り身 かつお節 豆腐,わかめ,油揚げ,みそ,だしパック	精白米 てん粉,米油,白すりごま,砂糖	ゆかり 白菜,にんじん,きゅうり えのきたけ,たまねぎ
11 月	おぎごはん にくだんご チンジャオロース ちゅうかふうコンスープ	○	牛乳 肉団子照り焼き 豚肉 鶏卵	精白米,精麦 ごま油,てん粉 てん粉	ピーマン,たまねぎ,にんじん,しめじ,たけのこ スイートコーン,たまねぎ,青ねぎ
12 火	こめこパン プレーンオムレツ ブロッコリーのごまあえ なつやさいのスパゲティ	○	牛乳 プレーンオムレツ 豚ひき肉	米粉パン 黒いりごま,砂糖 スパゲティ,米油,砂糖,オリーブ油	ブロッコリー たまねぎ,にんじん,なす,赤ピーマン,ピーマン,トマト,にんにく
13 水	おぎごはん キムタクごはん キャベツのごまあえ じゃがいものみそしる	○	牛乳 豚肉,ベーコン みそ,だしパック	精白米,精麦 米油 白すりごま,卵不使用マヨネーズタイプ じゃがいも	白菜 (キムチ),つぼ漬 キャベツ,きゅうり,コーン にんじん,たまねぎ,青ねぎ
14 木	フィッシュバーガー (しろみさかな75g お餅キャベツ,ケチャップはきまみしょう) コンソメスープ	○	牛乳,白身魚フライ ベーコン	コッペパン,米油 タルタルソース じゃがいも	キャベツ キャベツ,たまねぎ,にんじん
15 金	ごはん かきあげ (さつまいも) ひじきのいために すましじる	○	牛乳 ちりめんじゃこ,くきわかめ 鶏肉,平天,干ひじき 豆腐,かまぼこ,だしパック	精白米 さつまいも,天ぷら粉,米油 砂糖,米油	にんじん,たまねぎ にんじん えのきたけ,にんじん,干ししいたけ,青ねぎ
19 火	コッペパン ブルーベリージャム やきぎョーザ (2こ) やさしいビーフン	○	牛乳 焼きぎョーザ 豚肉	コッペパン,ブルーベリージャム 米油 ビーフン,米油,砂糖,ごま油	干ししいたけ,にんじん,たまねぎ,キャベツ,ピーマン,たけのこ
20 水	おぎごはん (どんぶり) たくあん おやこどん はくさいのごまあえ	○	牛乳 鶏肉,かまぼこ,鶏卵	精白米,精麦 砂糖 白すりごま,白すりごま,砂糖	きざみたくあん 干ししいたけ,たまねぎ,にんじん,青ねぎ 白菜,にんじん
21 木	コッペパン とうふナゲット (幼1,小2) だいこんサラダ ミネストローネ	○	牛乳 豆腐ナゲット ベーコン	コッペパン 米油 イタリアンドレッシング じゃがいも,マカロニ,米油	大根,きゅうり,にんじん にんじん,たまねぎ,セロリ,にんにく,トマト
22 金	ごはん さばしょうがやき きんぴらごぼう かぼちゃのみそしる	○	牛乳,さば生姜焼き 鶏肉 みそ,だしパック	精白米 白ごま,白すりごま,砂糖,ごま油	ごぼう,つきこんにゃく,にんじん かぼちゃ,たまねぎ,えのきたけ,青ねぎ
25 月	ごはん (カレーざら) ハヤシライス コンピネーションサラダ	○	牛乳 豚肉	精白米 じゃがいも,米油,砂糖 フルーフクリームドレッシング	たまねぎ,にんじん,グリーンピース ブロッコリー,きゅうり,キャベツ,バナナ
26 火	こめこパン ユーリンチー もやしのおすのもの チンゲンサイのスープ	○	牛乳 鶏肉 豆腐	米粉パン 米油,てん粉,砂糖,ごま油 ごま油,砂糖	しょうが,にんにく,白ねぎ,青ねぎ もやし,きゅうり チンゲン菜,にんじん,たまねぎ
27 水	ごはん ふりかけ いわしのかんろに ひややつこ (しょうゆこぶくろ) ぶたじる	○	牛乳,ふりかけ いわしの甘露煮 ひややつこ 油揚げ,ワカメ,みそ,だしパック	精白米 じゃがいも	しめじ,えのきたけ,にんじん
28 木	コッペパン いちごジャム かやくうどん やさしいため	○	牛乳 かまぼこ,油揚げ,だしパック 豚肉	コッペパン,いちごジャム うどん 米油	にんじん,青ねぎ たまねぎ,にんじん,しめじ,キャベツ
29 金	おつきみ (十五夜) ごはん つきみゼリー ひじきいりたまごやき (てづくり) いもにじる	○	牛乳 卵,豚ひき肉,干ひじき,チーズ 豚肉,油揚げ,みそ,だしパック	精白米,月見ゼリー 米油 さつまいも	にんじん 大根,にんじん,つきこんにゃく,青ねぎ

☆奈良県でつくられた食材 (米, たまご, しめじ, こまつな) ☆高取町の食材 (みそ, 青ねぎ) ※材料の都合により献立を変更する場合があります。