



令和7年度 9月の学校給食予定献立表



大和町学校給食センター

日	曜	給食のない 学校 学年 など	ス プ ー ン	献 立 名	赤の食べ物		緑の食べ物		黄の食べ物		栄養価・小		栄養価・中				
					血や筋肉や骨になる (たんぱく質・カルシウム)		体の調子を整える (ビタミン・ミネラル)		熱や力になる (炭水化物・脂質)		エネルギー(kcal)		エネルギー(kcal)				
														たんぱく質 (g)		たんぱく質 (g)	
														脂 質 (g)		脂 質 (g)	
														塩 分 (g)		塩 分 (g)	
1	月	非常食体験メニュー 宮床小	◎	救給カレー いかリング磯辺フライ (小2個・中3個) 豚汁 ミニりんごゼリー 	牛乳 いか 青のり 豚肉 みそ 豆腐		ごぼう だいこん たまねぎ とうもろこし にんじん 根菜ねぎ りんご ぶなしめじ		ごはん じゃがいも 植物油 パン粉 小麦粉 でん粉 米白絞油 米サラダ油 里いも 水あめ 砂糖		575 20.3 28.3 2.8		810 25.9 39.8 3.8				
2	火	吉岡小3年 宮床中2年		ごはん 甘酢肉団子 (小2個・中3個) 大和町産ビーマンのチンジャオロース ワンタンスープ	牛乳 鶏肉 豚肉		青ピーマン 赤ピーマン しょうが たけのこ たまねぎ にんじん にんにく 白菜 もやし 乾しいたけ		ごはん パン粉 水あめ 米サラダ油 ごま油 三温糖 でん粉 ワンタン		601 24.8 18.5 2.1		786 31.4 22.4 2.8				
3	水	落合小 宮床中2年		米粉パン さつまいもの天ぷら いんげんの炒り煮 五目うどん	牛乳 豚肉 かつお節 鶏肉 油揚げ		小松菜 さやいんげん たけのこ にんじん 根菜ねぎ 乾しいたけ		米粉パン さつまいも 小麦粉 でん粉 米白絞油 米サラダ油 三温糖 こま うどん		642 27.5 23.3 2.8		803 34.9 27.0 3.9				
4	木	小野小3年		ごはん わかめふりかけ ハムチーズピカタのトマトソースがけ ジャーマンポテト 夏野菜のボトフ	牛乳 鶏卵 ハム チーズ ベーコン ウインナーソーセージ わかめ のり かつお節		キャベツ スキーマニ セロリ たまねぎ とうもろこし トマト にんじん パセリ		ごはん 砂糖 でん粉 三温糖 じゃがいも バター 米サラダ油		611 21.3 21.2 2.8		782 26.1 25.1 3.3				
5	金	かむかむデー 	◎	ごはん さんまのかば焼き みそきんぴら すまし汁 冷凍みかん 	牛乳 さんま 豚肉 みそ 大豆 かつお節 豆腐 なると わかめ		ごぼう さやえんどう にんじん 根菜ねぎ みかん		ごはん でん粉 米白絞油 中さら糖 米サラダ油 三温糖 ごま油 こま はるさめ		673 26.5 21.9 2.3		853 32.7 26.6 2.9				
8	月	落合小4年 大和中		ごはん 鶏肉の照り焼き 大和町産まいたけのオイスターソース炒め 油ふと小松菜のみそ汁	牛乳 鶏肉 豚肉 かつおちいわし みそ		赤ピーマン 枝豆 小松菜 しょうが たけのこ にんじん にんにく えのきだけ たまねぎ しいたけ		ごはん 三温糖 こま でん粉 米サラダ油 じゃがいも 油ふ		601 30.4 17.4 2.4		770 37.3 20.1 3.1				
9	火	宮床小5年 宮床中	◎	中華飯 (麦ごはん・中華飯の具) フルーツ杏仁豆腐	牛乳 豚肉 いか えび		グリーンピース しょうが たけのこ たまねぎ にんじん にんにく 白菜 もやし パイナップル みかん もも りんご 乾しいたけ きくらげ		ごはん 大麦 米サラダ油 三温糖 ごま油 でん粉 杏仁寒天		629 20.1 17.6 2.1		810 24.4 20.5 2.6				
10	水	落合小		焼きそばパン (背割りコッペパン・焼きそば) 野菜コロッケ わかめスープ 	牛乳 豚肉 なると 豆腐 わかめ		キャベツ さやいんげん しょうが たまねぎ とうもろこし にんじん 根菜ねぎ もやし		ごはん じゃがいも パン粉 小麦粉 砂糖 でん粉 米白絞油 米サラダ油 焼きそば麺 こま		632 25.5 23.3 2.9		794 31.2 28.3 3.9				
11	木	吉岡小3年・5年		ごはん いわしの梅煮 豚肉とごぼうのしぐれ煮 さつま汁	牛乳 いわし 豚肉 鶏肉 油揚げ かつおちいわし みそ		ごぼう しょうが だいこん にんじん 根菜ねぎ 梅 ぶなしめじ		ごはん 砂糖 水あめ でん粉 米サラダ油 三温糖 さつまいも		651 30.0 20.9 2.4		830 36.9 24.6 3.2				
12	金	吉岡小5年 宮床小4年	◎	豚肉のハヤシライス (麦ごはん・豚肉のハヤシライスの具) ブロッコリーのソテー	牛乳 豚肉 ベーコン		グリーンピース たまねぎ とうもろこし トマト にんじん ブロッコリー マッシュルーム		ごはん 大麦 米サラダ油 じゃがいも バター		649 24.0 19.4 2.7		829 29.3 22.8 3.3				
15	月	敬老の日 															
16	火			ごはん 豆腐ハンバーグの照り焼きソースがけ すき昆布のビリ辛炒め おくずかけ	牛乳 豆腐 鶏肉 昆布 豚肉 かつお節 油揚げ		ごぼう だいこん たまねぎ にんじん にんにく 根菜ねぎ 乾しいたけ		ごはん パン粉 砂糖 三温糖 でん粉 米サラダ油 ごま油 里いも 豆粒 湯種		605 26.9 17.0 2.5		771 32.7 19.6 3.0				
17	水	みやぎ水産の日	◎	ミルクパン 三陸産鮭フライ (バックソース) ポテトのチーズ煮 ミネストローネ 	牛乳 鮭 ベーコン チーズ ウインナーソーセージ 大豆 ひよこ豆		キャベツ スキーマニ セロリ たまねぎ トマト にんじん パセリ		ミルクパン パン粉 小麦粉 米白絞油 じゃがいも バター		673 28.4 27.2 2.9		862 35.0 33.8 3.7				
18	木		◎	ごはん ボークしゅうまい (小2個・中3個) 大和町産行楽入りマーボー豆腐 フロースンヨーグルト	牛乳 豚肉 豆腐 みそ ヨーグルト		行楽菜 しょうが たけのこ たまねぎ にんじん にんにく 根菜ねぎ しいたけ		ごはん パン粉 でん粉 小麦粉 米サラダ油 三温糖 ごま油		661 29.9 20.9 2.3		855 37.4 25.0 3.0				
19	金	食育かるたメニュー	◎	キャロットピラフ ハムカツ 枝豆とウインナーのソテー ほうれんそうと卵のスープ	牛乳 鶏肉 ハム ウインナーソーセージ 鶏卵		赤ピーマン 枝豆 たまねぎ とうもろこし にんじん ほうれんそう えのきだけ		ごはん 植物油脂 パン粉 米白絞油 米サラダ油 バター でん粉		658 22.3 26.5 2.9		845 27.6 32.0 3.6				
22	月			ごはん ひじきの さばの塩焼き 肉じゃが ひきなのみそ汁 	牛乳 さば 豚肉 かつお節 みそ 豆腐 油揚げ のり ひじき		切り干し大根 小松菜 さやいんげん しょうが たまねぎ にんじん 根菜ねぎ えのきだけ		ごはん 米サラダ油 じゃがいも 三温糖 水あめ 砂糖		600 31.5 16.3 2.8		763 38.7 19.0 3.4				
23	火	秋分の日 															
24	水	吉岡小2年	◎	バターロールパン チーズインハンバーグ アスパラとキャベツのソテー コッスンスープ	牛乳 鶏肉 チーズ ベーコン 白いんげん豆 脱脂粉乳 生クリーム		アスパラガス キャベツ たまねぎ とうもろこし にんじん		バターロールパン パン粉 砂糖 バター じゃがいも ホワイトソース ベジメメルソース		673 25.7 25.8 2.7		854 31.7 31.6 3.3				
25	木	吉田小6年	◎	チキンカレーライス (麦ごはん・チキンカレー) フルーツの甘夏ゼリー和え	牛乳 鶏肉		グリーンピース たまねぎ にんじん にんにく 夏みかん パイナップル もも りんご		ごはん 大麦 米サラダ油 じゃがいも カレールウ ゼリー		662 19.0 15.0 2.4		851 23.1 17.2 3.1				
26	金	吉岡小1年		ごはん 厚焼き卵のそばろあんかけ ひじきの炒り煮 ピリ辛五目みそ汁	牛乳 鶏卵 鶏肉 ひじき 大豆 さつま揚げ 豚肉 みそ 豆腐		枝豆 グリンピース ごぼう だいこん にんじん 根菜ねぎ 白菜		ごはん 砂糖 でん粉 三温糖 米サラダ油 じゃがいも		621 26.6 19.5 2.9		792 33.0 23.0 3.4				
29	月	大和中 宮床中	◎	ビビンバ丼 (麦ごはん・ビビンバの具・ 豆もやしのナムル炒め) 中華スープ	牛乳 豚肉 みそ 豆腐		しょうが 大豆もやし たけのこ チンゲンサイ にら にんじん にんにく 根菜ねぎ 乾しいたけ		ごはん 三温糖 米サラダ油 ごま油 こま		615 30.3 20.1 2.4						
30	火	吉岡小1年 吉田小3年 小野小1年 大和中・宮床中		ごはん 鶏肉のレモン風味 キャベツのカーラーソテー ABCコンソメスープ	牛乳 鶏肉 豚肉 ベーコン		青ピーマン キャベツ セロリ たまねぎ にんじん ほうれんそう レモン		ごはん でん粉 米白絞油 三温糖 米サラダ油 じゃがいも マカロン		620 28.6 19.4 2.4						
*牛乳 は毎日つきます。 *太字 は町内産や県内産の食材です。感謝して残さず食べましょう。 *都合により献立を変更する場合があります。 *スプーンの欄に◎がついている日は、給食センターよりスプーンがつかきます。 ☆毎週、6月から9月までの間、衛生面を考慮して、副産としての和え物・サラダ等の献立											平 均 (基 準)			小学校	中学校		
											エネルギー (Kcal)	633 (663)	814 (830)				
											たんぱく質 (g)	26.0 (25.0)	31.6 (31.0)				
											脂 質 (g)	21.0 (19.0)	25.5 (23.0)				
											塩 分 (g)	2.6 (2.0)	3.3 (2.5)				

*牛乳、は毎日つきます。

*太字は町内産や県内産の食材です。感謝して残さず食べましょう。

*都合により献立を変更する場合があります。

*スプーンの欄に◎がついている日は、給食センターよりスプーンがつかます。

☆毎年、6月から9月までの間、衛生面を考慮して、副菜としての和え物・サラダ等の献立を控え、炒め物・煮物等で対応させていただきますので、ご理解ご協力をお願いします。



*大和町では「特定防衛施設周辺整備調整交付金」の補助を受けて給食費の無償化事業を実施しています。

今月の地場産品

★町内産

米、行者菜、しいたけ、まいたけ、きくらげ、
青ピーマン、根菜ねぎ

★県内産

パン、牛乳、大麦、豚肉、わかめ、
さけ、大豆、鶏卵、赤ピーマン、
ススキニ、小松菜、チンゲンサイ



9月1日「防災の日」の給食について

「救給カレー」を活用した「非常食体験メニュー」を提供します。「救給カレー」は東日本大震災の経験をもとに作られた、学校給食用非常食です。カレーの中にごはんが入っていて、アレルギーにも配慮した商品です。



今回は食育や防災教育の一環として提供しますが、本当に災害が起きて非常事態になったら、このような給食になるかもしれません。ぜひ「防災」について考えましょう。

たいわの食育かるたメニュー (9月19日)



① にんじんの
からだはきれいな
ビタミンいろ



☆はしは、きれいに洗って、毎日持ってきてみましょう☆