

令和6年度 9月予定献立表

福島県立会津第二高等学校

日	献立名	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	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	日	献立名	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	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
2月	(9/1防災の日) ビビンバ丼 牛乳 トマトサラダ 救給根菜汁(非常食用)	豚ひき肉, 米みそ(淡色辛みそ), (鉄分強化) 錦糸玉子, 牛乳, 油揚げ	上白糖, ごま油, 大豆油, ごま(乾), 給食用白米, 白い発芽胚芽米, 給食用強化米	小松菜10F, にんじん, とうがらし, トマト, レタス, ごぼう, だいこん, ねぎ	783 kcal 30.4 g 26.2 g 2.1 g	17日	(お月見行事食) カレーうどん 牛乳 焼きおにぎり フロッコリーのピーナツサラダ お月見ゼリー	豚モモ(脂身付き), 油揚げ, 牛乳	うどん(ゆで), 米ぬか油, 焼きおにぎり, ピーナツあえの素	だいこん, にんじん, ねぎ, 冷凍国産ミニブロッコリー, とうもろこし(加糖冷凍), トマト	732 kcal 30.3 g 22.4 g 3.3 g
3日	肉野菜味噌ラーメン 牛乳 県産厚焼き卵 ほうれん草ごま和え 果物(ぶどう)	豚モモ(脂身付き), 牛乳, 厚焼玉子(Fe, Ca)	中華めん(ゆで), 米ぬか油, ごま(乾), 上白糖	にんじん, にら, りょくとうもやし, キャベツ, ねぎ, 干し椎茸, 冷凍ほうれん草カット, ぶどう	728 kcal 34.3 g 22.2 g 3.0 g	18日	発芽米入りご飯 牛乳 たらの味噌マヨ焼き 肉じゃが 大根とまいたけのすまし汁 果物(ぶどう)	牛乳, まだら 60g, 米みそ(淡色辛みそ), 豚モモ(脂身付き)	給食用白米, 給食用強化米, 白い発芽胚芽米, マヨネーズ(全卵型), 大豆油, じゃがいも, しらたき, 上白糖	玉葱, にんじん, 干し椎茸, 冷凍インゲン, だいこん, まいたけ, ぶどう	761 kcal 30.6 g 17.8 g 2.6 g
4日	発芽米入りご飯 牛乳 鮭のバター醤油ホイル焼 五目豆煮 豆腐となめこの味噌汁	牛乳, 秋鮭切身・鮭角切, 米みそ(淡色辛みそ), 大豆(国産, ゆで), こんぶ, 木綿豆腐	給食用白米, 給食用強化米, 白い発芽胚芽米, 有塩バター, 板こんにゃく, 上白糖	キャベツ, 玉葱, にんじん, ぶなしめじ, ごぼう, れんこん, 干し椎茸, なめこ	734 kcal 35.1 g 16.9 g 2.3 g	19日	(食育の日) 親子丼 牛乳 カラフルサラダ こづゆ	たまご, 鶏若鶏肉モモ(皮なし), 牛乳, ほたてがし(貝柱, 煮干し)	上白糖, 給食用白米, 給食用強化米, おおむぎ(押麦), さといも, しらたき, 焼きふ(観世ふ)	玉葱, 系みつば, 干し椎茸, レタス, 冷凍ほうれん草カット, にんじん, とうもろこし(加糖冷凍), きくらげ(乾)	735 kcal 33.9 g 16.8 g 2.5 g
5日	夏野菜ポークカレー 牛乳 ほうれん草と卵のサラダ 救給根菜汁(非常食用)	豚モモ(脂身付き), 牛乳, ゆでたまご, 油揚げ	米ぬか油, 給食用白米, 給食用強化米, おおむぎ(押麦)	なす, ズッキーニ, にんじん, 玉葱, きゅうり, 冷凍ほうれん草カット, ごぼう, だいこん, ねぎ	767 kcal 30.6 g 22.0 g 2.3 g	20日	発芽米入りご飯 牛乳 福島県産豚肉しょうが焼き コールスローサラダ じゃが芋と油揚げの味噌汁	牛乳, 豚モモ(脂身付き), 油揚げ, 米みそ(淡色辛みそ)	給食用白米, 給食用強化米, 白い発芽胚芽米, 米ぬか油, じゃがいも	玉葱, キャベツ, にんじん, きゅうり, とうもろこし(加糖冷凍), ねぎ	755 kcal 31.6 g 19.3 g 2.2 g
6日	キャロットライス 牛乳 タンドリーチキン ミネストローネ 果物(梨)	牛乳, 鶏若鶏肉モモ(皮付き), ヨーグルト(全脂無糖)	給食用白米, 白い発芽胚芽米, 給食用強化米, ごま(乾), 米ぬか油, 有塩バター, オリーブ油, じゃがいも	にんじん, 玉葱, 冷凍国産ミニブロッコリー, トマト缶詰(ホール), 日本なし	769 kcal 26.0 g 23.1 g 2.0 g	24日	焼きそば 牛乳 れんこん入り肉団子 ニラ玉汁 ジョア白ぶどう	豚モモ(脂身付き), あおのり, 牛乳, たまご, ジョア マスカット	蒸し中華めん, 米ぬか油	玉葱, キャベツ, にんじん, りょくとうもやし, 青ピーマン, しょうが(酢漬), にら	787 kcal 36.7 g 29.1 g 3.0 g
9日	給食ご飯 牛乳 さば味噌煮 きんぴらごぼう かきたま汁	牛乳, サバ味噌煮, たまご	給食用白米, 白い発芽胚芽米, 給食用強化米, 大豆油, 上白糖, ごま油, ごま(いり)	にんじん, ごぼう(ゆで), れんこん(ゆで), ねぎ	738 kcal 26.0 g 20.7 g 2.4 g	25日	発芽米入りご飯 牛乳 オムレツのミートソースがけ 春雨サラダ 豚汁	牛乳, 豚ひき肉, パルメザンチーズ, 豚モモ(脂身付き), 米みそ(淡色辛みそ)	給食用白米, 給食用強化米, 白い発芽胚芽米, 上白糖, 普通はるさめ(乾), さといも, 板こんにゃく	にんじん, 玉葱, トマト缶詰(ホール), パセリ, レタス, きゅうり, ごぼう, だいこん, ねぎ	756 kcal 27.0 g 20.6 g 2.0 g
10日	ミートソーススパゲティ 牛乳 ブロッコリーサラダ かぶ入りトマトスープ	豚ひき肉, 牛ひき肉, パルメザンチーズ, 牛乳	マカロニ・スパゲッティ, 上白糖	にんじん, 玉葱, パセリ, トマト缶詰(ホール), 冷凍国産ミニブロッコリー, レタス, とうもろこし(加糖冷凍), かぶ	808 kcal 33.4 g 25.4 g 2.5 g	26日	海軍風ポークカレー 牛乳 さっぱりトマト えのきと卵の味噌汁	豚モモ(脂身付き), ミックスチーズR, 牛乳, たまご, 米みそ(淡色辛みそ)	給食用白米, 給食用強化米, おおむぎ(押麦), オリーブ油, はちみつ	玉葱, にんじん, トマト, きゅうり, しそ葉, えのきたけ	747 kcal 29.3 g 21.6 g 2.4 g
11日	発芽米入りご飯 牛乳 青椒肉絲 トマトサラダ もやしの中華スープ 果物(梨)	牛乳, 豚モモ(脂身付き)	給食用白米, 白い発芽胚芽米, 給食用強化米, 米ぬか油, 上白糖, ごま油, かたくり粉	青ピーマン, 玉葱, たけのこ(水煮), トマト, きゅうり, レタス, りょくとうもやし, にら, にんじん, 日本なし	713 kcal 26.5 g 18.2 g 2.0 g	27日	発芽米入りご飯 牛乳 鮭のマヨネーズ焼き 炒り鶏 さつま芋の味噌汁	牛乳, 秋鮭切身・鮭角切, 鶏若鶏肉モモ(皮なし), 米みそ(淡色辛みそ)	給食用白米, 給食用強化米, 白い発芽胚芽米, 米ぬか油, マヨネーズ(全卵型), 板こんにゃく, 上白糖, 大豆油, さつまいも	玉葱, にんじん, 青ピーマン, れんこん(ゆで), ごぼう, 冷凍インゲン, 干し椎茸, ねぎ	775 kcal 32.5 g 18.3 g 2.4 g
12日	麻婆豆腐丼 牛乳 ほうれん草のごまサラダ 中華風たまごスープ	木綿豆腐, 豚ひき肉, 牛乳, たまご	米ぬか油, かたくり粉, 給食用白米, おおむぎ(押麦), 給食用強化米, ごま(いり)	ねぎ, にんじん, 干し椎茸, 冷凍ほうれん草カット, とうもろこし(加糖冷凍), だいこん	767 kcal 30.0 g 24.1 g 2.8 g	30日	オムライス 牛乳 大根サラダ ミネストローネ	鶏成鶏肉モモ(皮なし), オムライス用薄焼き玉子, 牛乳, ベーコン, 国産冷凍大豆	給食用白米, 白い発芽胚芽米, 給食用強化米, 大豆油, じゃがいも	玉葱, にんじん, だいこん, きゅうり, セロリー, トマト缶詰(ホール)	754 kcal 27.8 g 21.7 g 2.1 g
13日	発芽米入りご飯 牛乳 和風ハンバーグ キャロットサラダ じゃが芋とたまねぎの味噌汁	牛乳, 鉄腕ハンバーグ, 米みそ(淡色辛みそ)	給食用白米, 給食用強化米, 白い発芽胚芽米, 上白糖, かたくり粉, ごま(乾), じゃがいも	だいこん, にんじん, レタス, とうもろこし(加糖冷凍), 玉葱	737 kcal 25.3 g 18.0 g 2.1 g						

※都合により献立を変更する場合があります。