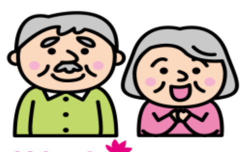
9月よていこんだてひょう

令和8年度

揖斐川町学校給食センター

月	火	水	木	金
【基準値】 （小学校中学年） エネルギー　650kcal 塩分　1.9g エ：エネルギー　塩：塩分	わたしは、かっぱの河太郎（かわたろう）です。揖斐川町で作った食べ物を給食で使った日に登場します。こんだて表の中からさがしてみてね！ カミカミ王子です！ 毎月8（歯）のつく日にかみごたえのある献立が登場します。	【幼児園未満児対応】 8月31日（月）　豆腐ナゲット （いかフライ）	**8/27** 焼きウインナー　幼1　小中2　牛乳 コーンサラダ ※ヨーグルト 麦ごはん → ポークカレー エ 778 kcal　塩 3.2 g	**8/28** カミカミメニュー　牛乳 とり肉とごぼうのあんからめ こまつなのおかかあえ 麦ごはん みそ汁 エ 666 kcal　塩 2.2 g
8/31 いかフライ　牛乳 塩こんぶあえ 麦ごはん ← トマトぶた丼の具 エ 663 kcal　塩 2.9 g	**9/1** 防災の日こんだて　牛乳 いわしのしょうが煮 切干大根のあえもの ふりかけ 麦ごはん とん汁 エ 624 kcal　塩 2.4 g	**2** 大豆とうふバーグのやさいあんかけ　牛乳 ゆかりあえ ※くだものとやさいのジュース 麦ごはん とうがんスープ エ 688 kcal　塩 2.1 g	**3** とり肉のからあげ　幼1　小中2　牛乳 五目きんぴら にんにく 麦ごはん すまし汁 エ 669 kcal　塩 2.3 g	**4** 白身魚のお茶マヨネーズ焼き　牛乳 キャベツサラダ 黒コッペパン ミネストローネ エ 626 kcal　塩 3.2 g
7 ぶた肉のしょうが焼き　牛乳 こうやどうふの煮物 麦ごはん みそ汁 エ 698 kcal　塩 2.8 g	**8** 揚げどうふのおろしがけ　牛乳 いんげんのごまみそあえ 麦ごはん さわにわん エ 633 kcal　塩 2.0 g	**9** さけの塩こうじ焼き　牛乳 和風大根サラダ ※なし 麦ごはん すまし汁 エ 600 kcal　塩 2.7 g	**10** 大豆と小魚のいそ風味がらめ（小・中）　牛乳 じゃがいもと小魚のいそ風味がらめ（幼） そくせきづけ だいず ソフトめん → 肉みそソース エ 790 kcal　塩 2.0 g	**11** 〇〇県のこんだて　牛乳 あつ焼きたまご こまつなのおひたし 麦ごはん あさりのつくだ煮 江戸前ちゃんこ汁 エ 628 kcal　塩 3.0 g
14 チヂミ　牛乳 フルーツのカクテルゼリーよせ 麦ごはん マーボーどうふ エ 741 kcal　塩 1.9 g	**15** とり肉のねぎしお焼き　牛乳 ひじきの煮物 麦ごはん みそ汁 エ 644 kcal　塩 2.7 g	**16** アジア競技大会応援こんだて　牛乳 大豆のつつみ揚げ　幼1　小中2 ガパオライス フォースープ エ 740 kcal　塩 2.6 g	**17** まごわやさしいこんだて　牛乳 さばの塩焼き やさいのごま和え わかめごはん あいしょう汁 エ 640 kcal　塩 3.3 g	**18** 食育の日こんだて　牛乳 エレガントサマーとかぼちゃのサラダごまドレッシング エレガントサマー　かぼちゃ きなこパン 小型パン（小3以上） ミートボールのケチャップ煮 エ 658 kcal　塩 3.0 g
21  敬老の日	**22** 国民の休日	**23** 秋分の日	**24** しゅうまい　未1　幼小2　中3　牛乳 かいそうサラダ ちゃんぽんめん → 豆乳ごまたんたんめんの汁 エ 622 kcal　塩 3.4 g	**25** さといものから揚げみそかけ　牛乳 おかかあえ ※お月見デザート 麦ごはん 月見汁 エ 710 kcal　塩 2.2 g
28 カミカミメニュー　牛乳 とり肉のてり焼き カミカミあえ 麦ごはん むらくも汁 エ 642 kcal　塩 2.6 g	**29** さんまのかば焼き風　牛乳 糸かまぼこのレモンずあえ ※シャインマスカット 麦ごはん みそ汁 エ 686 kcal　塩 2.4 g	**30** アジア競技大会応援こんだて　牛乳 いかナゲット　未1　幼小2　中3 ポテトサラダ ※ナン → キーマカレー エ 668 kcal　塩 3.6 g	・学校給食は、「学校給食地産地消推進事業」により、岐阜県、揖斐川町、JAグループの一部助成を受けて います。 ・安全でおいしい岐阜県の米や野菜を使った給食を食べることで農業のことを学んでもらいたいと考えています。 ・お米はすべて揖斐川町産「はつしも」です。 ・※印のついたものは、学校配送・ゴミは給食センターで一括回収です。 ・諸事情により、献立を変更する場合があります。	

「生活リズム」乱れていませんか？

休み明けは、朝なかなか起きられなかったり、体がだるかったり、勉強に集中できなかったり、なんとなく元気がでないことがありませんか？休み中の夜ふかしや不規則な食事などによって、生活リズムが乱れたことが関係しているのかもしれません。そろそろ夏の疲れも出てくる時期です。残暑に負けず、元気に過ごすために「早寝・早起き・朝ごはん」で生活リズムを整えましょう。

朝の過ごし方を見直してみよう

❶早起きする

家を出る1時間～1時間半前には起きて、支度を始めましょう。朝日を浴びることで、すっきり目が覚め、生活リズムが整いやすくなります。

❷朝ごはんを必ず食べる

朝ごはんは、眠っていた体と頭を目覚めさせるスイッチの役割があります。食欲がわかない人も、果物やスープといった食べやすいものから取り入れ、少しずつ品数を増やして、栄養バランスをよくしていきましょう。

❸トイレに行く

朝、トイレに行く習慣をつけると、便秘の予防につながり、1日をすっきりとスタートすることができます。

★主食・主菜・副菜をそろえると、栄養バランスが整いやすくなります。

- 主食（ごはん・パンなど）
- ＋ 主菜（卵・肉・魚・大豆製品など）
- ＋ 副菜（野菜・きのこ・海藻・いも類など）
- ＋ 果物
- 牛乳・乳製品

忙しい朝は、簡単な調理で食べられるものがおすすめです。
野菜は、カット済みのものや冷凍食品などが便利です。

地震や台風など大きな災害が起こると、電気やガス、水道などのライフラインが止まってしまったり、お店で商品が買えなくなってしまったりして、いつものように水や食べ物を手に入れることが難しくなります。いざというときに困らないように、家庭で水と食べ物を備えておくと安心です。最低3日分、できれば1 週間 分を、家族の状況に合わせて用意し、定期的に見直すようにしましょう。

〇〇県のこんだて　11日（金）

この地域では、江戸時代から始まった「深川めし」という郷土料理があります。あさりと野菜を炊き込んだごはんです。また、両国の相撲部屋から生まれた「ちゃんこ」や、小松菜の発祥地としても有名です。

アジア競技大会応援こんだて　16日（水）・30日（水）

9月14日から4年に一度のアジア最大のスポーツイベント「アジア競技大会」が始まります。今年の会場は日本で、さらにお隣の愛知県です。給食では、アジアにちなんだメニューを取り入れます。

食育の日のこんだて　18日（金）

「エレガントサマー」というさつまいもの茎をサラダに使います。この茎は、サクサクとした歯触りで、煮物だけでなく、和え物やサラダとしてもおいしく食べられます。

おすすめ給食レシピ　相性汁

★17日（木）の献立より

【材料　４人分】

豆腐	80g
油揚げ	1/2枚
にんじん	40ｇ
だいこん	60ｇ
じゃがいも	80ｇ
ねぎ	20ｇ
だし汁	600mｌ
牛乳または豆乳	40mｌ
みそ（白またはあわせ）	大さじ2

【作り方】

① 豆腐はさいのめに切り、油揚げは油抜きして短冊に切る。にんじん、だいこん、じゃがいもはいちょう切り、ねぎは小口切りにする。

② だし汁に具材を入れて煮、火が通ったら牛乳または豆乳、みそを溶き入れ、ねぎを入れたらできあがり。（煮立て過ぎないよう注意してください。）

＊味付けはお好みで加減して下さい。

令和8年度9月　揖斐川町学校給食献立材料表【アレルギー特定原材料28品目表示】

揖斐川町学校給食センター

料理名及び一人当たりの純使用料g（小学校・中学年）

8/27（木）

料理名	材料	量
ポークカレー	精白米（強化米入り）	80
	麦	5
	サラダ油	0.5
	にんにく	0.2
	しょうが	0.2
	豚肉	20
	食塩	0.03
	白こしょう	0.01
	たまねぎ	#
	じゃがいも	30
	にんじん	12
	◆ Sカレーフレーク【小麦】	3
	◆ Hカレーフレーク【小麦・大豆】	12
	◆ スープストック【大豆・鶏肉・豚肉】	0.3
	◆ ウスターソース	2
	ローリエ	0.02
	◆ トマトケチャップ	5
	りんごペースト	5
	コーンペースト	3
焼きウインナー	○ ウィンナー　15ｇ【豚肉】	2本
コーンサラダ	キャベツ	35
	きゅうり	10
	ホールコーン	10
	米酢	3
	しろしょうゆ	1
	上白糖	2.5
	食塩	0.2
	白こしょう	0.01
	サラダ油	1
ヨーグルト	○ ヨーグルト　80ｇ【乳】	1個

8/28（金）

料理名	材料	量
麦ごはん	精白米（強化米入り）	80
	麦	5
鶏肉とごぼうのあんからめ	鶏肉	40
	酒	1
	食塩	0.1
	ごぼう	25
	かたくり粉	10
	大豆油	3
	こいくちしょうゆ	3
	上白糖	2.5
	みりん	1.5
	米酢	2.5
	◆ 鶏がらスープ【鶏肉】	0.2
	ごま油	0.2
	かたくり粉	0.25
小松菜のおかか和え	こまつな	35
	にんじん	10
	もやし	30
	こいくちしょうゆ	3
	みりん	0.5
	花かつお	1
みそ汁	かぼちゃ	20
	たまねぎ	15
	木綿豆腐【大豆】	20
	ねぎ	5
	◆ 煮干だし	1.5
	赤みそ	4.5
	白みそ	4

8/31（月）

料理名	材料	量
トマト豚丼	精白米（強化米入り）	80
	麦	5
	豚肉	30
	サラダ油	0.5
	しょうが	0.5
	にんにく	0.5
	たまねぎ	40
	ごぼう	10
	ぶなしめじ	8
	糸こんにゃく	20
	◆ かまぼこ	10
	ダイストマト	10
	トマト	15
	チンゲンサイ	15
	上白糖	2
	うすくちしょうゆ	9
	酒	2
	食塩	0.1
	みりん	1.5
	かたくり粉	1.2
いかフライ	○ いかフライ　50ｇ【小麦・いか・大豆】	1個
	○ 豆腐ナゲット　20ｇ（未満児のみ）【小麦・大豆】	1個
	大豆油	2
塩昆布和え	きゅうり	25
	キャベツ	30
	にんじん	5
	○ 塩昆布【小麦・大豆】	2
	食塩	0.1

9/1（火）

料理名	材料	量
麦ごはん	精白米（強化米入り）	80
	麦	5
ふりかけ	○ 発芽玄米ふりかけ　2.5g	1袋
いわしの生姜煮	○ いわしの生姜煮　40g【小麦・大豆】	1尾
切干大根のあえもの	切干大根	6
	にんじん	8
	こまつな	15
	刻み昆布	0.15
	うすくちしょうゆ	3
	上白糖	2
	米酢	2
	食塩	0.05
豚汁	豚肉	8
	木綿豆腐【大豆】	20
	たまねぎ	15
	ごぼう	8
	にんじん	8
	ねぎ	5
	◆ 煮干だし	1.5
	白みそ	4
	赤みそ	4.5
	煮干し粉	0.1

2日（水）

料理名	材料	量
麦ごはん	精白米（強化米入り）	80
	麦	5
大豆とうふバーグの野菜あんかけ	○ 大豆とうふバーグ　50ｇ【小麦・大豆・鶏肉】	1個
	たまねぎ	5
	にんじん	2
	青ピーマン	1
	うすくちしょうゆ	3
	上白糖	2
	みりん	1
	かたくり粉	0.3
ゆかり和え	キャベツ	20
	もやし	20
	きゅうり	15
	◆ ゆかり粉	0.3
	食塩	0.1
冬瓜スープ	鶏肉	12
	サラダ油	0.5
	酒	1
	とうがん	35
	にんじん	5
	干し椎茸	0.5
	チンゲンサイ	15
	◆ 鶏がらスープ【鶏肉】	1.2
	うすくちしょうゆ	2
	みりん	0.3
	食塩	0.1
	かたくり粉	1
果物と野菜のジュース	○ 果物と野菜のジュース　125ml	1本

3日（木）

料理名	材料	量
麦ごはん	精白米（強化米入り）	80
	麦	5
鶏肉のから揚げ	鶏肉　25g	2切
	しょうが	0.7
	にんにく	0.5
	こいくちしょうゆ	3
	酒	2
	かたくり粉	10
	大豆油	4
五目きんぴら	ごぼう	20
	にんじん	10
	糸こんにゃく	15
	たけのこ水煮	10
	さやいんげん	5
	ごま油	0.3
	上白糖	1.5
	こいくちしょうゆ	3.5
	みりん	1.5
	◆ 顆粒和風だし	0.2
すまし汁	木綿豆腐【大豆】	20
	たまねぎ	10
	干し椎茸	0.5
	カットわかめ	0.5
	ねぎ	5
	◆ かつおだし【さば】	1.5
	うすくちしょうゆ	3.5
	食塩	0.2

4日（金）

料理名	材料	量
黒コッペパン	◆ 黒コッペパン【小麦・乳】	1食
白身魚のお茶マヨネーズ焼き	メルルーサ　50ｇ	1切
	食塩	0.15
	白こしょう	0.01
	酒	1
	◆ ノンエッグマヨネーズ【大豆】	12
	豆乳【大豆】	3
	抹茶	0.05
	大豆ファイバー	0.5
キャベツサラダ	キャベツ	35
	きゅうり	15
	赤ピーマン	5
	米酢	1
	レモン果汁	1.5
	上白糖	2.5
	しろしょうゆ	2
	食塩	0.1
	サラダ油	0.5
ミネストローネ	○ ベーコン【豚肉】	5
	たまねぎ	25
	にんじん	10
	かぼちゃ	20
	ABC型マカロニ【小麦】	3
	ダイストマト	10
	◆ トマトケチャップ	8
	上白糖	0.3
	◆ コンソメ【大豆・牛肉】	1
	食塩	0.1
	白こしょう	0.01

7日（月）

料理名	材料	量
麦ごはん	精白米（強化米入り）	80
	麦	5
豚肉の生姜焼き	豚肉	50
	しょうが	1
	こいくちしょうゆ	4.5
	酒	1.2
	みりん	2.4
高野豆腐の煮物	高野豆腐【大豆】	7
	こんにゃく	15
	にんじん	15
	干し椎茸	0.8
	むき枝豆（冷）	5
	こいくちしょうゆ	4
	上白糖	2
	みりん	1
	酒	1
	◆ 顆粒和風だし	0.3
みそ汁	油揚げ【大豆】	3
	カットわかめ	0.5
	たまねぎ	25
	じゃがいも	20
	ねぎ	5
	◆ 煮干だし	1.5
	白みそ	6.5
	赤みそ	2
	煮干し粉	0.1

8日（火）

料理名	材料	量
麦ごはん	精白米（強化米入り）	80
	麦	5
揚げ豆腐のおろしがけ	焼き豆腐　50ｇ【大豆】	1個
	かたくり粉	6
	大豆油	5
	だいこん	15
	こいくちしょうゆ	3
	上白糖	1.5
	みりん	0.5
	◆ 顆粒和風だし	0.1
	かたくり粉	0.3
いんげんのごまみそあえ	さやいんげん	40
	ホールコーン	10
	白みそ	4
	上白糖	2
	みりん	1
	酒	1
	ごま	1.4
沢煮椀	豚肉	10
	にんじん	10
	たけのこ水煮	10
	干し椎茸	0.5
	ごぼう	10
	根みつば	3
	◆ かつおだし【さば】	1.5
	うすくちしょうゆ	3.5
	食塩	0.2

9日（水）

料理名	材料	量
麦ごはん	精白米（強化米入り）	80
	麦	5
さけの塩こうじ焼き	さけ　50ｇ	1切
	塩こうじ	6
	酒	2
	みりん	3
	うすくちしょうゆ	2
和風大根サラダ	だいこん	40
	きゅうり	10
	ホールコーン	10
	こいくちしょうゆ	2.5
	上白糖	1.5
	米酢	2
	サラダ油	1
	◆ カリカリ梅	0.4
	花かつお	1
すまし汁	木綿豆腐【大豆】	20
	○ 菊型かまぼこ	10
	ぶなしめじ	8
	にんじん	8
	こまつな	10
	◆ かつおだし【さば】	1.5
	うすくちしょうゆ	3.5
	食塩	0.2
梨	なし　1/6カット	1切

10日（木）

料理名	材料	量
ソフト麺肉みそソース	◆ ソフトめん【小麦】	1食
	サラダ油	0.5
	鶏ひき肉	15
	豚ひき肉	15
	酒	1
	しょうが	1
	たまねぎ	60
	にんじん	20
	むき枝豆	5
	赤みそ	15
	上白糖	6.5
	みりん	1
	◆ スープストック【大豆・鶏肉・豚肉】	0.5
	かたくり粉	3
大豆と小魚の磯風味がらめ（小中）	蒸し大豆	32
	蒸しレッドキドニー	8
	米粉	3
	○ 味付け小魚	5
	大豆油	2
	上白糖	1.8
	こいくちしょうゆ	1.8
	みりん	1.8
	あおのり	0.2
じゃがいもと小魚の磯風味がらめ（幼）	じゃがいも	40
	米粉	3
	○ 味付け小魚	5
	大豆油	2
	上白糖	1.8
	こいくちしょうゆ	1.8
	みりん	1.8
	あおのり	0.2
即席漬け	きゅうり	15
	キャベツ	35
	食塩	0.1
	○ つぼ漬け【小麦・大豆】	5

11日（金）

料理名	材料	量
麦ごはん	精白米（強化米入り）	80
	麦	5
厚焼玉子	○ 厚焼玉子　50g【卵・小麦・大豆】	1切
小松菜のおひたし	こまつな	25
	もやし	30
	ホールコーン	5
	みりん	1
	こいくちしょうゆ	3
	花かつお	0.8
江戸前ちゃんこ汁	○ 鶏だんご【鶏肉】	30
	木綿豆腐【大豆】	15
	はくさい	25
	にんじん	10
	干し椎茸	0.5
	しらたき	20
	にら	5
	しょうが	0.3
	◆ 鶏がらスープ【鶏肉】	1.2
	こいくちしょうゆ	2
	酒	1
	みりん	0.3
	食塩	0.1
あさり佃煮	○ あさり佃煮【小麦・大豆】	6

14日（月）

料理名	材料	量
麦ごはん	精白米（強化米入り）	80
	麦	5
チヂミ	○ チヂミ　50ｇ【豚肉・鶏肉・大豆】	1個
	こいくちしょうゆ	2.3
	上白糖	2
	米酢	1
	かたくり粉	0.2
フルーツのカクテルゼリー寄せ	パインシロップ漬け	20
	黄桃シロップ漬け	20
	○ カクテルゼリー【りんご・もも大豆】	25
麻婆豆腐	木綿豆腐【大豆】	130
	豚ひき肉	15
	大豆ミンチ	3
	サラダ油	0.5
	しょうが	0.8
	にんにく	0.3
	ねぎ	3
	にら	10
	こいくちしょうゆ	3
	赤みそ	3
	◆ トウバンジャン	0.3
	上白糖	1
	酒	3
	◆ 顆粒中華だし	0.7
	かたくり粉	2
	ごま油	0.8
	◆ テンメンジャン【小麦・大豆】	3

15日（火）

料理名	材料	量
麦ごはん	精白米（強化米入り）	80
	麦	5
鶏肉のねぎ塩焼き	鶏肉　50ｇ	1切
	しょうが	0.3
	にんにく	0.5
	ねぎ	3
	食塩	0.5
	こいくちしょうゆ	0.5
	酒	0.8
	白こしょう	0.01
	みりん	0.5
ひじきの煮物	ひじき	3
	にんじん	8
	こんにゃく	8
	さやいんげん	10
	○ ちくわ【大豆】	10
	◆ 顆粒和風だし	0.2
	こいくちしょうゆ	3.5
	中双	2
	みりん	2
	酒	1
みそ汁	さつまいも	25
	たまねぎ	20
	油揚げ【大豆】	3
	根みつば	3
	◆ 煮干だし	1.5
	白みそ	4.5
	赤みそ	4
	煮干し粉	0.1

16日（水）

料理名	材料	量
ガパオライス	精白米（強化米入り）	80
	麦	5
	鶏ひき肉	15
	豚ひき肉	15
	しょうが	0.2
	にんにく	0.2
	大豆ミンチ	3
	サラダ油	0.5
	たまねぎ	30
	黄ピーマン	5
	赤ピーマン	5
	むき枝豆	5
	こいくちしょうゆ	3
	酒	2
	みりん	1.5
	上白糖	1
	○ オイスターソース	4
	バジル（乾）	0.05
大豆の包み揚げ	○ 大豆の包み揚げ　30ｇ【小麦・大豆・豚肉・りんご】	2個
	大豆油	1
フォースープ	○ ウィンナー【豚肉】	5
	○ フォー	8
	にんじん	8
	もやし	10
	チンゲンサイ	15
	ねぎ	5
	◆ 顆粒中華だし	1
	うすくちしょうゆ	2
	酒	1
	食塩	0.3
	白こしょう	0.01

17日（木）

料理名	材料	量
わかめごはん	精白米（強化米入り）	80
	麦	5
	◆ たきこみわかめ	2
さばの塩焼き	さば　50ｇ	1切
	酒	2
	食塩	0.3
野菜のごまあえ	こまつな	20
	キャベツ	40
	ホールコーン	5
	ごま	2
	こいくちしょうゆ	3
	上白糖	0.3
相性汁	木綿豆腐【大豆】	20
	油揚げ【大豆】	3
	にんじん	8
	だいこん	15
	じゃがいも	20
	ねぎ	5
	えのきたけ	8
	豆乳【大豆】	10
	◆ かつおだし【さば】	1.5
	白みそ	8.5

18日（金）

料理名	材料	量
小型パン（小3以上）	◆ 小型パン【小麦・乳】	1食
きなこパン	◆ 小型パン【小麦・乳】	1個
	大豆油	3
	きな粉【大豆】	2.5
	上白糖	5.5
	食塩	0.12
エレガントサマーとかぼちゃのサラダ	かぼちゃ	30
	エレガントサマー	20
	ホールコーン	5
	◆ ごまドレッシング【ごま・大豆】	8
ミートボールのケチャップ煮	○ ミートボール【鶏肉・大豆】	40
	にんじん	15
	たまねぎ	35
	マッシュルーム(水煮)	8
	蒸しいんげん豆	10
	サラダ油	0.5
	◆ トマトケチャップ	8
	ダイストマト	10
	上白糖	0.8
	◆ ウスターソース	2
	◆ コンソメ【大豆・牛肉】	0.5

24日（木）

料理名	材料	量
豆乳ごま担々麺	○ ちゃんぽんめん【小麦】	1食
	サラダ油	0.3
	豚ひき肉	30
	しょうが	0.3
	にんにく	0.3
	◆ トウバンジャン	0.3
	ねぎ	5
	もやし	20
	にんじん	8
	チンゲンサイ	15
	ホールコーン	5
	◆ 鶏がらスープ【鶏肉】	1.5
	こいくちしょうゆ	2
	赤みそ	1
	白みそ	6
	上白糖	1
	豆乳【大豆】	35
	ごま	3
しゅうまい	○ しゅうまい　18ｇ【小麦・豚肉】	2個
海藻サラダ	◆ 海藻ミックス	1.2
	キャベツ	30
	きゅうり	15
	◆ 青じそドレッシング	7

25日（金）

料理名	材料	量
麦ごはん	精白米（強化米入り）	80
	麦	5
里芋のから揚げみそかけ	さといも	70
	かたくり粉	7
	大豆油	3
	赤みそ	7
	こいくちしょうゆ	1
	みりん	1.5
	上白糖	5
	酒	0.7
	かたくり粉	0.2
おかか和え	ほうれんそう	20
	キャベツ	30
	にんじん	8
	こいくちしょうゆ	3.5
	上白糖	0.3
	花かつお	1
月見汁	鶏肉	12
	○ かぼちゃだんご	35
	にんじん	8
	干し椎茸	0.5
	ねぎ	8
	◆ かつおだし【さば】	1.5
	うすくちしょうゆ	3.5
	食塩	0.2
お月見デザート	○ お月見デザート　40ｇ【オレンジ】	1個

28日（月）

料理名	材料	量
麦ごはん	精白米（強化米入り）	80
	麦	5
鶏肉の照り焼き	鶏肉　50ｇ	1切
	しょうが	1
	酒	1.5
	こいくちしょうゆ	5
	みりん	2
	上白糖	1
カミカミ和え	ごぼう	25
	にんじん	8
	きゅうり	8
	◆ 千切りたくあん	5
	こいくちしょうゆ	3
	上白糖	2
	米酢	1.5
	ごま油	0.5
むらくも汁	油揚げ【大豆】	3
	たまねぎ	20
	にんじん	8
	こまつな	10
	えのきたけ	8
	鶏卵	15
	◆ かつおだし【さば】	1.5
	うすくちしょうゆ	3.5
	酒	1
	食塩	0.2
	かたくり粉	1

29日（火）

料理名	材料	量
麦ごはん	精白米（強化米入り）	80
	麦	5
さんまのかば焼き風	さんま開き　30ｇ	1枚
	酒	1
	しょうが	0.2
	かたくり粉	8
	大豆油	3
	こいくちしょうゆ	3
	みりん	1
	中双	3
	酒	0.8
	かたくり粉	0.2
糸かまぼこのレモン酢あえ	◆ 糸かまぼこ	20
	酒	1
	キャベツ	30
	にんじん	5
	きゅうり	8
	ごま	1
	米酢	2
	レモン果汁	2
	上白糖	2.5
	しろしょうゆ	2
みそ汁	油揚げ【大豆】	3
	だいこん	25
	カットわかめ	0.5
	ねぎ	8
	白みそ	5.5
	赤みそ	3
	◆ 煮干だし	1.5
シャインマスカット	シャインマスカット（2粒）	1袋

30日（水）

料理名	材料	量
キーマカレー	○ ナン　70ｇ【小麦】	1食
	サラダ油	0.3
	豚ひき肉	25
	しょうが	0.2
	にんにく	0.2
	たまねぎ	50
	にんじん	12
	蒸し大豆	15
	ダイストマト	15
	◆ トマトケチャップ	5
	◆ ウスターソース	2
	◆ Hカレーフレーク【小麦・大豆】	15
	ローリエ	0.02
	コーンペースト	3
いかナゲット	○ いかナゲット　20ｇ【小麦・いか・豚肉・大豆】	2個
ポテトサラダ	じゃがいも	45
	ホールコーン	8
	きゅうり	10
	食塩	0.1
	白こしょう	0.01
	◆ ノンエッグマヨネーズ【大豆】	10

◎調味料に含まれる特定原材料

しょうゆ		【小麦・大豆】
みそ	赤	【大豆】
	白	【大豆】
	揖斐	【大豆】
	米	【大豆】
サラダ油		【大豆】

※これらについては、毎回表示しません。

◎食物アレルギー特定原材料

特定原材料	卵	乳	小麦	えび
	かに	そば	ピーナッツ	くるみ
特定原材料に準ずるもの	あわび	いか	いくら	オレンジ
	キウイフルーツ	牛肉	豚肉	鶏肉
	さけ	さば	大豆	ごま
	マカダミアナッツ	やまいも	ゼラチン	りんご
	もも	カシューナッツ	アーモンド	バナナ

※　牛乳は毎日つきます。
※　材料の分量は、小学校中学年を基準としたものです。
※　◆印は令和8年度基本物資です。（アレルギー対応配合割合については別紙「令和8年度基本物資（◆印）アレルギー対応用配合表」をご参照ください。）
※　○印は加工品です。○印の食材については毎月詳しい配合内容を学校にお知らせしているので、不明な点は学校にお問い合わせください。
※　【　】内の表示は、アレルギー特定原材料です。配合割合やコンタミネーションについては揖斐川町学校給食センター（TEL：22－4510）までお問い合わせください。
※　揚げ物をする場合は、油を複数回使用するため、えびや小麦粉などアレルギーの原因となる食品を使用する場合があります。
※　ししゃもなど、丸ごと食べる小魚は卵を含んでいることがあります。
※　海藻や魚のすり身等の海産物には、えび、かにが混ざる場合があります。