

令和8年 9月の予定献立表

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。
家庭・学級においても毎日確認してください。



【9月の給食目標】
〇望ましい食生活を実践しよう
〇貧血を防ぐ食事をしよう



大名学校給食センター
電話番号 917-3488

学校給食の 栄養基準量		E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
	小学校	650kcal	21.1～32.5g	14.4～21.7g
	中学校	830Kcal	27.0～41.5g	18.4～27.7g

こ ん だ て	そなえよう! 9月1日 防災の日 飲料水や非常食の備蓄な ど、その他にも何が必要か、 考えてみましょう!		1(火) 防災の日 ひじきのいために さんまのみぞれに ごはん きりぼしだいこんじる	2(水) べにいもごまだんご もずくどん シカムドウチ (もちげんまいごはん)	3(木) やさいのカップグラタン スパゲティ ミートソース イタリアンサラダ	4(金) もやしのごまあえ 手作りしそひじき むぎごはん とうがんブشى
	小学校	E 581 P 24.3 F 20.1	E 651 P 25.4 F 19.2	E 601 P 24.3 F 25.5	E 585 P 23.9 F 15.5	
	中学校	E 747 P 30.3 F 23.7	E 772 P 30.7 F 21.5	E 774 P 29.8 F 26.7	E 712 P 29.0 F 17.2	
こ ん だ て	7(月) アセロラゼリー パンサンスー ごはん マーボーとうがん	8(火) ブロccoliーサラダ きなこあげパン キャロットスープ	9(水) ミルクおから 県産もずくあつやきやまご もちきびごはん とんじる	10(木) なっとう ごまじゃこあえ むぎごはん にくじゃが	11(金) にくはるまき ナムル ちゅうかふうおこわ	
	小学校	E 627 P 23.0 F 19.0	E 660 P 20.9 F 27.0	E 649 P 27.4 F 20.1	E 640 P 22.3 F 26.2	
	中学校	E 799 P 28.7 F 22.8	E 791 P 24.5 F 32.6	E 780 P 34.1 F 23.7	E 785 P 32.0 F 23.3	E 804 P 27.2 F 32.3
こ ん だ て	14(月) フルーツナタデココ むぎごはん チキンカレー	15(火) ひじきの日 ひじきのさっぱりあえ なんばんからあげ むぎごはん けんちんじる	16(水) やさいかきあげ ソースやきそば カミカミサラダ	17(木) 琉球料理の日 フータシヤー アンドンスー もちきびごはん クーリジシ	18(金) トーカチ(米寿) あおぎり みかん クービリチー 黒米ごはん イナムドウチ	
	小学校	E 677 P 18.4 F 18.0	E 587 P 26.1 F 17.5	E 585 P 20.0 F 30.6	E 611 P 27.6 F 16.5	
	中学校	E 872 P 22.5 F 21.4	E 724 P 30.2 F 18.2	E 752 P 24.2 F 39.3	E 750 P 33.7 F 19.3	E 750 P 30.3 F 21.6
こ ん だ て	21(月) 敬老の日 敬老の日	22(火) 国民の休日 9月行事予定 ◎9/2(水) 大名小1年(親子給食) ◎9/9(水)~10(木) 城北小6年(修学旅行) ◎9/10(木)~11(金) 大名小6年(修学旅行) ◎9/24(木)~25(金) 城北中(振替休) ◎9/30(水) 城北小5年(自然教室)	23(水) 秋分の日 秋分の日	24(木) 手作り 黒糖アガラサー あおなのいそかあえ ごはん とうがんのそばろに	25(金) 十五夜献立 おつきみだんご(みたらし) うさぎがたハンバーグ ふきよせ だいこんときゅうり のあえもの	
	小学校			E 655 P 24.1 F 17.1	E 659 P 23.9 F 19.7	
	中学校			E 776 P 28.8 F 20.1	E 817 P 29.4 F 24.3	
こ ん だ て	28(月) なし ちゅうかどん(むぎごはん) ビーフンスープ	29(火) だいふく(豆乳バニラ味) (にく) (ナムル) ビビンバどん ワンタンスープ(ごはん)	30(水) 黒豆きなこ クリーム(ジャム) カリフラワーのサラダ ぜんりゅうふんパン ミートボール シチュー	生活リズムのとのえ方 夏休みや連休明け、生活リズムが乱れる人はいませんか? 生活リズムを整えて、学校生活を有意義に過ごしましょう!		
	小学校	E 550 P 21.1 F 17.0	E 665 P 23.3 F 22.1	E 650 P 22.0 F 27.2	早起き、 早寝をする	
	中学校	E 709 P 26.4 F 19.6	E 833 P 28.7 F 25.9	E 755 P 25.7 F 31.0	朝の光を 浴びる 規則正しく 食事をする 日中は活動的 にすごす	

※材料・天候によって献立を変更することがあります。