



学校給食献立表

令和7年度9月
呉市立川尻小学校



日	曜日	献立名		つかわれているたべもの			エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)				
				おもにからだを つくる赤のたべもの	おもにからだのちょうしを とどめる緑のたべもの	おもにエネルギーの もとになる黄色のたべもの						
2	火	 	なつやさいカレー キラキラフルーツポンチ	 	ぎゅうにく ぎゅうにゅう	     	しょうがにんにく たまねぎなすみかん パインアップルもも ナタデココ	  	こめじゃがいも レモンゼリー	あぶら	705	18
3	水	 	チキンごぼう すましじる ぶどう	 	とりにく どうぶ	ぎゅうにゅう	えだまめにんじん ねぎ	ごぼうたまねぎ えのきだけ ぶどう	こめでんぶん さとう	あぶら	668	24
4	木	 	さばのしおやきき かみってる！GoGoのため あつあげのみそじる あじつけのり	 	さばぶたにく みそあつあげ	ぎゅうにゅう のり	にんじんにんげん ねぎ	しょうがごぼう こんにゃく たまねぎえのきだけ	こめさとう	あぶら こまあぶら	649	28
5	金	 	やきそば あげぎょうざ	 	ぶたにく あげはん あおのりこ ぎょうざ	ぎゅうにゅう	にんじんねぎ たまねぎもやし きゃべつ	ミニパン ちゅうかめん てんがす	あぶら	615	25	
8	月	 	まごわやさしいにもの かきたまじる やさしいふりかけ	 	とりにくだいす ちくわたまご	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじんにんげん ねぎ	ごぼうこんにゃく ほししいただけ たまねぎえのきだけ	こめじゃがいも さとうでんぶん	あぶらこま	601	25
9	火	 	きすのてんぶら きゅうりのすのもの げんきじる	 	きすのてんぶら あぶらあげみそ	ぎゅうにゅう わかめ しらすぼし	にんじんねぎ きゅうりたまねぎ	こめさとう さつまいも	あぶら	643	24	
10	水	 	スパゲティナポリタン ブロッコリーのサラダ ミニオムレット	 	ベーコン おさかなソーセージ ハム	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン トマト ブロッコリー	たまねぎエリンギ きゃべつ	ミニパン スパゲティ ミニオムレット	607	25	
11	木	 	はるさめのごもくいため ワンタンスープ ミニフィッシュ	 	ぶたにく あぶらあげ やきぶた	ぎゅうにゅう かえりいりこ	にんじん ピーマン ねぎ	しょうがたまねぎ ほししいただけ きゃべつもやし	こめはるさめ さとうワンタン	あぶらこま	616	24
12	金	 	とうふチゲ ハンサンスー かんこくのり	 	ぶたにく どうぶ みそハム	ぎゅうにゅう のり	にんじんにら	はくさいたまねぎ はくさいキムチ こんにゃく きゃべつきゅうり	こめはるさめ さとう	こまあぶら こま	606	25
16	火	 	ぼたんキムチ もやしのナムル れいとうパイン	 	いのししにく やきぶた	ぎゅうにゅう かえりいりこ	にんじんにら ほうれんそう	にんにくしょうが たまねぎはくさい きゃべつもやし はくさいキムチ パインアップル	こめさとう	あぶらこま こまあぶら	645	25
17	水	 	とりからレモン フレンチサラダ あつくもえろ！！Cスープ	 	とりにく ハムベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	しょうがレモン きゃべつきゅうり たまねぎ	パンでんぶん さとうマカロニ じゃがいも	697	33	
18	木	 	スタミナぶたどんのぐ パンパンジー	 	ぶたにく あぶらあげ みそとりにく	ぎゅうにゅう	にんじんにら	しょうがにんにく たまねぎもやし きゅうり	こめさとう でんぶん	あぶら こまあぶら こま	608	28
19	金	 	あかうおのてりやき キャベツのゆかりあえ ごぼうだんごのすましじる	 	あかうお ごぼうだんご	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ねぎ	しょうがきゃべつ たまねぎだいこん	こめさとう	565	25	
22	月	 	とりそばろ 9がつのみそじる ミニチーズ	 	とりにく たまごみそ	ぎゅうにゅう チーズ	いんげん にんじん ねぎ	しょうがなす たまねぎとうがん	こめさとう	あぶら	622	24
24	水	 	まぼたんどうふ ひじきとささみのサラダ	 	いのししにく どうぶみそ とりにく	ぎゅうにゅう ひじき	にんじんねぎ	しょうがにんにく たまねぎほししいただけ とうもろこしきゅうり	こめさとう でんぶん	あぶらこま こまあぶら	605	26
25	木	 	カラフルポーク もずくスープ	 	ぶたにく かまぼこ	ぎゅうにゅう もずく	にんじん こまつな ねぎ	しょうがとうもろこし たまねぎえのきだけ	こめでんぶん さとう	あぶら	603	23
26	金	 	チキンのハーブやき チーズサラダ ABCコンソメスープ デザート	 	とりにくハム ベーコン	のむヨーグルト チーズ	にんじん	きゃべつきゅうり とうもろこしたまねぎ	パンさとう マカロニ じゃがいも デザート	あぶら	646	30
29	月	 	ホイコーロー ユイミータン	 	ぶたにくみそ とりにくたまご	ぎゅうにゅう	にんじんねぎ	しょうがきゃべつ たけのこピーマン たまねぎとうもろこし	こめさとう マカロニ でんぶん	あぶら こまあぶら	583	23
30	火	 	ガハオライスのぐ タイふうスープ ヨーグルト	 	ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん ピーマン あかピーマン きピーマン	にんにくたまねぎ しろねぎもやし	こめさとう ビーフン	あぶら	665	28

※物資の納入状況により、献立や食材を変更することがあります。

今月の給食費

260(円)×19(回)=4,960(円)

※6年生 260(円)×17(回)=4,420(円)