

令和8年度
(2026年度)

9がつ こんだてよていひょう



恩方第二小学校 給食回数：19回

日・曜日	献立名	主食	のりもの	主菜 副菜など	赤のなにかま あかいろのなにかま	黄色のなにかま きいろのなにかま	緑のなにかま きいろのなにかま	栄養価 エネルギー たんぱく質
1火	はちっこワクワク給食	カレーライス		カラフルサラダ オレンジポンチ				651kcal 16.8g
2水	ハ王子 ラーメン			うずら卵のカレー煮 フライドポテト				603kcal 21.4g
3木	根菜ピラフ			鶏の香草パン粉焼き ポテトカルボナーラ オニオンスープ				606kcal 25.3g
4金	ハヤシライス			フレンチサラダ りんご缶				644kcal 16.9g
7月	森の国 桑畑あげパン			ウインナーと野菜のスープ煮 アーモンドサラダ				600kcal 20.6g
8火	麦ごはん			さばの塩焼き みそ汁 野菜のおひたし				640kcal 26g
9水	豚キムチ丼			ツナポテトぎょうざ わかめスープ				622kcal 20.5g
10木	ゆかりご飯			焼きししゃも じゃがいものどぼろ煮 ピリカラキャベツ れいとうみかん				615kcal 22.8g
11金	メキシカンライス			白いんげん豆のスーフ ツナサラダ				600kcal 20.9g
14月	スパゲティ ミートソース			キャベツとコーンのサラダ 恩方のブルーベリーヨーグルト				647kcal 24.1g
15火	100年フード 三喜園四日市 ごはん			とんてき スタミナキャベツ みそ汁 れいとうみかん				678kcal 25.7g
16水	ごはん			白身魚のねぎ塩焼き じゃこキャベツ 豚汁				604kcal 28.2g
17木	スタミナ丼			たまごの中華スープ のり塩ポテト				603kcal 22g
18金	パン（胚芽パン） 手作りりんごジャム			金時豆のポークシチュー わかめサラダ				623kcal 23.4g
24木	中学生が考えた バランス献立 ごはん			ヤンニョムチキン チョレギサラダ コンソメスープ				662kcal 22.4g
25金	中秋の名月 ごはん			さごちの味噌焼き お月見団子汁 野菜のおかか和え				651kcal 26.8g
28月	コッペパン			なすと豆腐のグラタン ジュリエンスープ フルーツミックス				605kcal 24.3g
29火	ジャージャー麺			冬瓜のスーフ 黒糖ナッツ				631kcal 25.2g
30水	ハ王子ショウガごはん			いかの香り焼き 五目煮豆 さつまいものみそ汁				635kcal 29.8g



* 献立は材料の都合により、変更することがあります。果物は入荷状況により、変更することがあります。

