

9がつ よていにこんだてひょう(A)

日	こんだてめい 献立名	あか なかま 赤の仲間 からだ 体をつくるもとになる	みどり なかま 緑の仲間 からだ ちようし ととの 体の調子を整える	き なかま 黄の仲間 エネルギーのもとになる	その他
5 火	ごはん ぶたにくと キャベツのみそいため すましじる	ぶたにく あかみそ とうふ かまぼこ	キャベツ にんじん ピーマン にんにく たまねぎ にんじん えのきだけ あおねぎ ほししいたけ	こめ さんおんどう なたねあぶら	しお こしょう さけ うすくちしょうゆ しお けずりぶし
7 木	あじつけパン なつやさいの トマトに ひじきのサラダ	とりにく ひじき ツナ	たまねぎ かぼちゃ にんじん ズッキーニ なす ピーマン トマトみずに キャベツ にんじん きゅうり コーン	あじつけパン さんおんどう オリーブオイル ノンエッグマヨネーズ	チキンフイヨン トマトケチャップ トマトピューレ こしょう こいくちしょうゆ しお こめず こいくちしょうゆ しお こしょう
8 金	ごはん たらのねぎあんかけ ぶたじる	たら (こなつき) ぶたにく あぶらあげ しんしゅうみそ あかみそ	あおねぎ しょうが だいこん にんじん ごぼう あおねぎ	こめ なたねあぶら さんおんどう かたくりこ こんにゃく	こいくちしょうゆ さけ みりん けずりぶし さけ
12 火	ごはん かもなすの みそあんかけ さわにわん	ぶたひきにく あかみそ ぶたにく	かもなす たまねぎ にんじん しょうが あおねぎ ごぼう だいこん にんじん あおねぎ	こめ なたねあぶら さんおんどう かたくりこ こんにゃく	さけ みりん けずりぶし こいくちしょうゆ しお うすくちしょうゆ しお こしょう けずりぶし さけ
14 木	ナン にこにこ キーマカレー カチュンバルサラダ	とりにく ひよこまめ ササミフレーク	にんにく しょうが たまねぎ にんじん きゅうり にんじん コーン	ナン じゃがいも なたねあぶら オリーブオイル じょうはくどう	しお カレーこ カレールウ こいくちしょうゆ こしょう レモンかじゅう こしょう うすくちしょうゆ クミン
15 金 しょくじくひ 食育の日 こんだて 献立 ながのけん 長野県	のざわなごはん さんぞくやき おおひらじる	とりにく とりにく	のざわなづけ にんにく しょうが ごぼう だいこん にんじん あおねぎ	こめ しろいりごま かたくりこ なたねあぶら こんにゃく じゃがいも	だしこんぶ さけ しお しお こしょう さけ こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ しお けずりぶし
19 火 歯	ごはん ハッシュドビーフ かいそうサラダ	ぎゅうにく ひじき くきわかめ ツナ	にんにく たまねぎ にんじん しめじ グリンピース きゅうり にんじん コーン	こめ なたねあぶら じょうはくどう なたねあぶら	あかワイン ハヤシルウ トマトケチャップ ウスターソース こしょう こいくちしょうゆ しお こいくちしょうゆ からしこ うすくちしょうゆ こめず
21 木 くにみだいしょう 州見台小 こんだて 献立	こがたパン ミートスパゲティ 「Smaile pasta plate」 ～えがおになりたいひとのためのしょくじ～ にんじんのマリネ オレンジゼリー	あいひきにく ツナ	たまねぎ にんじん しめじ にんにく トマトみずに にんじん えだまめ	こがたパン スパゲティ なたねあぶら じょうはくどう オリーブオイル オレンジゼリー	しお トマトケチャップ トマトピューレ あかワイン ウスターソース こしょう こめず しお こしょう
22 金 くにみだいしょう 州見台小 こんだて 献立	むぎいり たきこみごはん カオマンガイのぐ コンソメスープ	「Healthy and nutritious KhaoManGai set」 ～けんこうでえいようたっぶり むぎいりカオマンガイ～ とりにく しんしゅうみそ ベーコン	にんにく しょうが たまねぎ しろねぎ キャベツ たまねぎ にんじん コーン パセリ	こめ むぎ なたねあぶら さんおんどう ごまあぶら かたくりこ	チキンフイヨン しお こしょう こいくちしょうゆ しお オイスターソース さけ レモンかじゅう こしょう チキンフイヨン うすくちしょうゆ しお
26 火	ごはん とりにくの あげづけ ぐたくさんみそじる	とりにく あぶらあげ あかみそ しんしゅうみそ	しょうが だいこん りょくとうもやし にんじん しめじ あおねぎ	こめ かたくりこ さんおんどう なたねあぶら こんにゃく	こめず こいくちしょうゆ さけ けずりぶし
28 木	こくとうパン チキンとポテトの カレーいため コーン クリームスープ	とりにく ベーコン ぎゅうにゅう こなチーズ	たまねぎ にんじん さやいんげん コーン クリームコーン たまねぎ にんじん パセリ	こくとうパン じゃがいも なたねあぶら じゃがいも	しお カレーこ ウスターソース トマトケチャップ こしょう チキンフイヨン うすくちしょうゆ しお
29 金 じゅうごや 十五夜 こんだて 献立	ごはん あじのねぎみそやき つきみじる おつきみゼリー	あじ しろみそ しんしゅうみそ とりにく	あおねぎ にんじん だいこん あおねぎ	こめ さんおんどう さといも しらたまだんご おつきみゼリー	さけ みりん さけ うすくちしょうゆ しお みりん けずりぶし

※ 材料の都合で食材を変更することがあります。
 ※ 食材の産地は、木津川市のホームページに掲載しています。
 ※ 食材の産地は、当日の状況により変更になる場合があります。
 ※ マヨネーズ・ドレッシングは卵不使用のものを使用しています。
 ※ カレーに使用しているルウ(やさいカレー)は、アレルゲン28品目を使用していません。

木津幼稚園のこどもたちが植えた九条ねぎ
を29日(金)の給食に使用します!



こんげつしょう よてい きつがわしさん しょくざい
今月使用予定の木津川市産の食材です。

○こめ ○あおねぎ ○たけのこ ○なす ○きゅうり ○チンゲンサイ ○こまつな



カミカミメニューの日に
とうじょう くん
登場するカム君です。