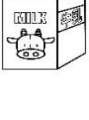
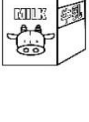
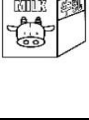
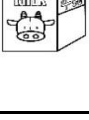
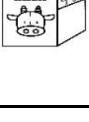
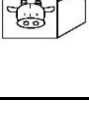
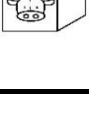
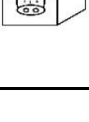
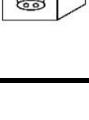
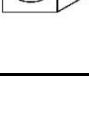
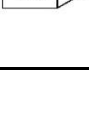
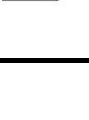


令和8年度9月 献立予定表

品川区立伊藤学園

日	曜日	給食のない学年	献立	牛乳	使用する主な食品名とその働き			3・4年生 エネルギー 【kcal】	3・4年生 たん白質 【g】	中学生 エネルギー 【kcal】	中学生 たん白質 【g】
					主に体の組織を作るもの(赤)	主にエネルギーになるもの(黄)	主に体の調子を整えるもの(緑)				
1	火		カレーライス ピクルス 冷凍みかん		牛乳 鶏肉	米 胚芽米 ジャがいも 小麦粉 油 三温糖	にんじん たまねぎ にんにく しょうが きゅうり セロリ 冷凍みかん	627	19.6	751	22.3
2	水		かばやきごはん 糸寒天のごま酢あえ みそ汁		牛乳 にしん 油揚げ 糸寒天 みそ	米 胚芽米 でんぷん 三温糖 油 ごま	きゅうり にんじん もやし えのきだけ たまねぎ キャベツ 小松菜	614	22.7	755	28.3
3	木	6組 7～9年	スパゲッティミートソース 洋風卵スープ りんごゼリー		牛乳 豚ひき肉 大豆 卵 ベーコン アガー	スパゲッティ 小麦粉 油 でんぷん 三温糖	たまねぎ マッシュルーム にんじん にんにく しょうが セロリ キャベツ りんごジュース	630	28.3	757	33.8
4	金		コーンピラフ オニオンドレッシングサラダ ポテトのバタージュ		牛乳 鶏肉 生クリーム	米 胚芽米 油 ごま 三温糖 ジャがいも	ピーマン ホールコーン にんじん たまねぎ きゅうり キャベツ 小松菜 パセリ	590	20.3	708	23.5
7	月		ゆかりごはん 鶏の一味焼き 大豆の揚げ煮 野菜汁		牛乳 鶏肉 大豆 煮干し 油揚げ	米 胚芽米 ごま油 三温糖 でんぷん 油	ゆかり ねぎ しょうが にんにく たけのこ にんじん もやし 大根 小松菜	608	27.6	744	33.9
8	火		ビビンバ わかめスープ 梨		牛乳 豚肉 卵 赤みそ 鶏肉 豆腐 わかめ	米 胚芽米 ごま ごま油 油 三温糖	小松菜 もやし ねぎ にんじん にんにく しょうが えのきだけ 大根 梨	597	25.8	716	30.3
9	水		ごはん のりの佃煮 魚の竜田揚げ 菊花おひたし みそ汁		牛乳 きざみのり さば 油揚げ わかめ みそ	米 胚芽米 三温糖 水あめ でんぷん 油 ジャがいも	しょうが にんじん もやし 小松菜 菊 ねぎ 大根	649	26.2	790	32.6
10	木		ガーリックトースト コーンシチュー ゆで野菜ごまソース		牛乳 鶏肉 生クリーム	食パン バター ジャがいも 小麦粉 油 ごま ごま油 ねりごま 三温糖	パセリ にんにく クリームコーン にんじん たまねぎ ホールコーン きゅうり もやし	584	22.7	726	27.4
11	金		豆腐のカレー煮ごはん にらたまスープ 冷凍みかん		牛乳 豚肉 豆腐 卵	米 胚芽米 油 三温糖 でんぷん	チンゲンサイ ねぎ にんじん たまねぎ たけのこ 干しいたけ しょうが にんにく もやし にら 冷凍みかん	613	26.5	732	31.4
14	月		ごはん 小いわしのからあげ 野菜のにんにく醤油あえ 肉じゃが		牛乳 小いわし 豚肉	米 胚芽米 でんぷん 米粉 油 ごま ごま油 ジャがいも 三温糖	しょうが しめじ にんじん もやし 小松菜 にんにく さやいんげん たまねぎ 糸こんにゃく	613	24.3	734	28.8
15	火		あんかけやきそば 青のりポテトビーンズ もずく汁		牛乳 豚肉 大豆 青のり 鶏肉 もずく	蒸し中華麺 油 でんぷん ジャがいも ごま油	もやし キャベツ チンゲンサイ 干しいたけ たまねぎ にんじん ねぎ たけのこ	600	25.5	719	30.4
16	水		ごはん ふくさたまご 茎わかめのきんぴら 呉汁		牛乳 卵 鶏ひき肉 茎わかめ 鶏肉 豆腐 油揚げ 豆乳 大豆 みそ	米 胚芽米 三温糖 油 ごま ごま油 ジャがいも	キャベツ にんじん 干しいたけ たまねぎ ごぼう 糸こんにゃく さやいんげん ねぎ 大根 小松菜	636	27.8	765	32.8
17	木		チキンライス フライドフィッシュ ビーンズスープ		牛乳 鶏肉 ホキ ひよこ豆	米 胚芽米 油 米粉	ピーマン ホールコーン マッシュルーム にんじん たまねぎ にんにく キャベツ パセリ	596	26.9	718	33.3
18	金	4年 ・ ひまわり 4年	豚キムチ丼 春雨スープ りんご		牛乳 豚肉 赤みそ 鶏肉	米 胚芽米 ごま サラダ油 三温糖 はるさめ	白菜キムチ ねぎ にんじん にら たまねぎ キャベツ にんにく しょうが 小松菜 もやし りんご	593	22.8	710	26.3
24	木	7年	黒砂糖パン パンピンググラタン ミネストローネ		牛乳 豚肉 生クリーム ミックスチーズ 鶏肉	黒砂糖パン 小麦粉 油	かぼちゃ パセリ たまねぎ マッシュルーム ホールトマト セロリ キャベツ にんじん	692	27.5	869	33.6
25	金	7年	里芋ごはん 魚の西京焼き ごまあえ すまし汁		牛乳 鶏ひき肉 油揚げ さわら 西京みそ 赤みそ 豆腐 わかめ	米 胚芽米 油 里芋 三温糖 ごま	ごぼう にんじん さやいんげん しょうが もやし 小松菜 しめじ 大根	582	27.9	710	34.7
28	月	5年・7年・9年 ・ ひまわり5年 ・ 6組9年	ごはん 揚げぎょうざ 華風野菜 中華卵スープ		牛乳 豚ひき肉 鶏肉 卵	米 胚芽米 ぎょうざの皮 ごま油 油 でんぷん ごま	にら ねぎ キャベツ にんにく きゅうり にんじん えのきだけ もやし たまねぎ チンゲンサイ	652	24.0	780	28.3
29	火	3年 ・ ひまわり3年 ・ 9年・6組9年	きつねうどん もやしの甘酢煮 さつまいも蒸しパン		牛乳 鶏肉 油揚げ 卵 豆乳	冷凍うどん 三温糖 ごま油 小麦粉 さつまいも グラニュー糖 油	小松菜 干しいたけ ねぎ 白菜 にんじん きゅうり もやし	592	24.3	703	28.7
30	水	9年 ・ 6組9年	石狩ごはん ちくわのいそべ揚げ 煮びたし 豚汁		牛乳 鮭 焼きちくわ 青のり 油揚げ 豚肉 豆腐 みそ	米 胚芽米 ごま 小麦粉 でんぷん 油 三温糖 ジャがいも	さやいんげん にんじん キャベツ 小松菜 ねぎ 大根 こんにゃく ごぼう	591	25.2	704	29.9

☆献立は行事や食材納入の都合により変更する場合があります。