



日 付 曜 日	献立名 (主食・主菜・副菜・汁物)	牛 乳	使われている食品と体内での主な動き					
			赤の食品 (血や肉や骨になる)		緑の食品 (体の調子をととのえる)		黄色の食品 (熱や力のもとになる)	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
8/27 (木)	ハヤシライス【麦ごはん・ルウ】 小松菜とツナのサラダ	☆	ぶたにく ツナ	しらすばし ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ しめじ グリーンピース にんにく もやし コーン	こめ きょうかまい おおむぎ さとう	あぶら
28 (金)	キムチごはん ほうれん草の磯辺和え トック	☆	ぶたにく とりにく	しらすばし やきのり ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう ねぎ	しょうが にんにく もやし はくさい たまねぎ しいたけ	こめ きょうかまい さとう トック でんぷん	キムチ ごまあぶら ごま エッグケアマヨ ネーズ
31 (月)	ビビンバ丼【ごはん・具】 ワンタンスープ	☆	ぎゅうにく とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん にら こまつな	しょうが ねぎ にんにく きくらげ たけのこ もやし キャベツ たまねぎ	こめ きょうかまい さとう ワンタン	ごまあぶら ごま
9/1 (火)	ココア揚げパン チキンとポテトのハニーマスタードソテー 豆乳スープ みかんジュース	☆	とりにく ベーコン しろいんげん とうにゅう	ぎゅうにゅう	あかピーマン にんじん	たまねぎ にんにく キャベツ しめじ みかんジュース	コッパパン さとう じゃがいも はちみつ	ココア あぶら
2 (水)	ごはん 五目大豆 わかめサラダ 非常食(救給カレー)	☆	だいず とりにく あつあげ ツナ	わかめ ぎゅうにゅう	にんじん いんげん こまつな	こんにやく ごぼう キャベツ きゅうり	こめ きょうかまい じゃがいも さとう	あぶら ごまあぶら すりごま
3 (木)	黒糖食パン ポークビーンズ ほうれん草のソテー 川崎町のぶどう(翠峰・ブラックビート)	☆	だいず ぶたにく ウインナー	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	たまねぎ セロリ にんにく コーン ぶどう	こくとうパン じゃがいも さとう	あぶら
4 (金)	ごはん さばの塩焼き れんこんのきんぴら 夏野菜の豚汁	☆	さば みそ ぎゅうにく ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん かぼちゃ ねぎ	れんこん いとこんにやく なす たまねぎ もやし ごぼう	こめ きょうかまい さとう	ごまあぶら

9月後半の献立はうらに続きます。



給食センターでは、災害時の非常食「救給カレー」を1200人分備蓄しています。

「^{きゅう きゅう}救 ^{さいがい ひさいたい けん}給^{きょうくん}カレー」は、災害被災体験の教訓をもとに ^{ぜんこく}全国の^{えいよう きょうりゅう}栄養教諭^{かいはい}が開発した ^{ひじょうしよく}非常食です。

さいがいじ 災害時に「あんしん 安心しておいしく」 た 食べるために、 ひじょうしょく 非常食の味や あじ 食べ方 を た かた し 知っておくことが たいせつ 大切

です。川崎町では、定期的^{ていきてき}に非常食^{ひじょうしょく}を給食^{きゅうしょく}で提供^{ていきょう}し、次の非常食^{つぎ ひじょうしょく}を購入^{こうにゆう}（補充^{ほじゅう}）して備蓄^{びちく}

をしています。この方法を「ローリングストック法」といいます。この機会に、ご家庭でも備蓄

するものを決めたり、非常食の期限を確認したりしてみてもいいのではないでしょうか。



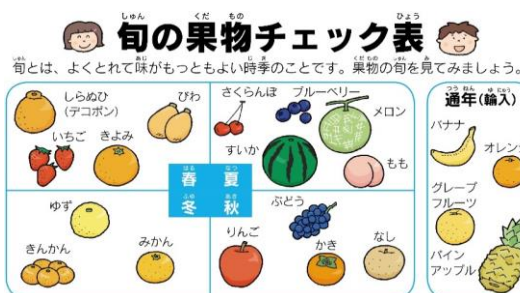
とくちょう

- ・アレルギーのある人でも食べられる
(特定29品目不使用)
- ・国産の食材を使用している
- ・非常時に不足しがちな野菜をとることができる
- ・温めなくても 水がなくても そのまま食べられる
- ・容器がそのまま自立するので食べやすい

はらぐち
原口さんのぶどうが

9月3日(木)に登場します！

いま しゅん とうじょう かわさ
 今が旬のぶどうが登場します。このぶどうは、川崎
 きまいた いはら はらくち のうえん そだ
 町 大原にある原口さんの農園で育ったぶどうで
 はらくち きゅうしゆくで こまつな
 す。原口さんは、いつも給食に出ている小松菜や
 あみな つく は
 ほうり、水菜などを作ってくれています。10月には、原
 はらくち のうえん なし とじょううてい のたの
 口さんの農園の梨も登場予定です。お楽しみに！



いえ くだ もの
家でも果物をとろう


 しょくちつせんい おお ふく
 ビタミンやミネラル、食物繊維が多く含まれる
 くだもの とほう こうかく
 果物は、がんの予防に効果があるといわれて
 いましに いくにも くらひ
 います。一日200グラムを目標に、
 さまざまな旬の果物を た
 食べましょう。

令和8年 9月



きゅうしょくこんだてひょう



川崎町学校給食センター

日付 曜日	献立名 (主食・主菜・副菜・汁物)	牛乳	使われている食品と体内での主な働き					
			赤の食品 (血や肉や骨になる)		緑の食品 (体の調子をととのえる)		黄色の食品 (熱や力のもとになる)	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
7 (月)	ごはん おからのサラダ じゃが豚キムチの煮物	☆	おから ロースハム ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん にら	きゅうり たまねぎ いとこんにゃく	こめ きょうかまい さとう じゃがいも	エッグケアマヨ ネーズ キムチ あぶら
8 (火)	減量キャロット食パン ナポリタンスパゲッティ 海そうサラダ	☆	ウインナー ツナ	かいそうサラ ダ ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン	しめじ たまねぎ にんにく キャベツ コーン	キャロットパン スパゲッティ	オリーブオイル あおじそドレ ッシング
9 (水)	ごはん いわしの梅煮 ほうれん草のごまあえ あさりとうふ みそ あぶらあげ	☆	いわし あさり とうふ みそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	ほうれんそう にんじん ねぎ	もやし せんざりだいこん たまねぎ	こめ きょうかまい さとう さといも	ごま すりごま
10 (木)	フィッシュバーガー 【横割り丸パン・ホキフライ・キャベツのサラダ】 ミネストローネ	☆	ホキフライ ツナ ぶたにく だいず	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	キャベツ コーン たまねぎ セロリ にんにく	コッパパン じゃがいも マカロニ さとう	あぶら タルタルソース オリーブオイル
11 (金)	麦ごはん 厚焼卵 五目ビーフン 冬瓜のすまし汁	☆	たまご ぶたにく とりにく とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ きくらげ ねぎ とうがん	こめ おおむぎ きょうかまい ビーフン でんぱん	あぶら
14 (月)	雑穀ごはん 豚肉の生姜焼き ごぼうサラダ 里芋のみそ汁	☆	ぶたにく ツナ みそ	わかめ ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	たまねぎ しょうが ごぼう えのき えだまめ	こめ さとう きょうかまい ぎんご でんぱん さといも	あぶら ごま ドレッシング
15 (火)	減量ミルクロールパン いかとあさりの海鮮ちゃんぽん シューマイ(2個) オレンジ ヨーグルッパムース	☆	ぶたにく あさり いか シューマイ	ぎゅうにゅう	にんじん	キャベツ たまねぎ もやし きくらげ オレンジ	ミルクパン ちゃんぽん ヨーグルッパ ムース	
16 (水)	ごはん あじごまフライ カリフラワーのすだち和え ごぼう団子のすまし汁	☆	あじ ごぼうだんご とうふ	ぎゅうにゅう	ブロッコリー にんじん こまつな	カリフラワー すだちかじゅう えのき	こめ きょうかまい さとう	あぶら
17 (木)	減塩コッパパン マカロニのクリーム煮 ツナと大豆のサラダ	☆	とりにく ツナ だいず	チーズ ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ しめじ はくさい コーン キャベツ	げんえんコッパ パン マカロニ	なまクリーム エッグケアマヨ ネーズ
18 (金)	ねぎ塩豚丼【ごはん・具】 春雨とにらの中華スープ ミニおはぎ	☆	ぶたにく ミートボール	ぎゅうにゅう	にんじん にら	もやし たまねぎ ねぎ にんにく レモン はくさい	こめ おはぎ きょうかまい おおむぎ でんぱ ん はるさめ	ごまあぶら
21 (月)	敬老の日							
22 (火)	国民の休日							
23 (水)	秋分の日							
24 (木)	ナン キーマカレー マカロニスーブ ソファールヨーグルト	☆	だいず ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	ヨーグルト ぎゅうにゅう	にんじん トマト	たまねぎ にんにく しょうが はくさい	ナン パンこ じゃがいも マカロニ	
25 (金)	ごはん さんまのみぞれ煮 ブロッコリーのおかか和え 月見だんご汁	☆	さんま かつおぶし とりにく かまぼこ	ぎゅうにゅう	ブロッコリー にんじん ほうれんそう	だいこん えのき	こめ さとう きょうかまい しらたまもち さといも	
28 (月)	栗ごはん 牛肉とキャベツの甘辛炒め すいとん	☆	ぎゅうにゅう とりにく みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン ねぎ	キャベツ たまねぎ しょうが にんにく えのき だいこん ごぼう	こめ きょうかまい さとう すいとん	くり あぶら ごまあぶら
29 (火)	食パン りんご&マーガリン タンドリーチキン キャベツのレモンサラダ コンソメスープ	☆	とりにく ロースハム	ぎゅうにゅう	にんじん	にんにく しょうが キャベツ コーン たまねぎ はくさい	げんえんしよくパ ン りんご&マーガ リン じゃがいも	エッグケアマヨ ネーズ
30 (水)	ごはん 麻婆豆腐 パンバンジーサラダ	☆	ぶたにく とうふ みそ ささみ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ ねぎ しいたけ にんにく しょうが きゅうり もやし	こめ きょうかまい さとう でんぱん	あぶら ごまあぶら すりごま

地産地消 今月の川崎町の食材



にんじん・キャベツ・なす
きゅうり・こまつな・ピーマン
ぶどう・くり・みそ・こめ

ワイス 秋の彼岸に供えるものは？

- ① おはぎ
- ② 草もち
- ③ 餅もち

正解は①です。秋の彼岸には秋の花が咲くのでおはぎといいますが、おはぎとばたもちは同じものですが、春の彼岸はばたの花が咲くのでばたもちといいます。

材料等の都合により献立がかわることがあります。

十五夜は家族で

お月見しませんか