令和8年度
（児童数配付）

9月予定献立表

江東区立第二砂町小学校

日	主食	牛乳	主菜・副菜・デザート	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー kcal たんぱく質 g	行事 給食紹介 旬など
1 火	きなこあげパン	○	ポトフ フルーツヨーグルト	きな粉,豚モモ,ウィンナー,★ヨーグルト	油,★コッペパン,砂糖,オリーブ油,じゃがいも	にんじん,たまねぎ,キャベツ,みかん缶,黄桃缶,★パイン缶,★バナナ	649 22.2	注目の食材 きなこ
2 水	けいはん	○	わかめとはるさめのあえもの 大学芋	★鶏卵,出し昆布,とりむね,わかめ	米,砂糖,油,緑豆はるさめ,白ごま,ごま油,さつまいも,水あめ,黒ごま	干ししいたけ,しょうが,万能ねぎ,もやし,にんじん	672 24.3	郷土料理 鹿児島
3 木	ごはん	○	回鍋肉 いかいり中華サラダ 巨峰	豆みそ,豚肩,豚ばら,★いか	米,油,砂糖,でん粉,ごま油,白ごま	しょうが,にんにく,たまねぎ,たけのこ,にんじん,キャベツ,ピーマン,きゅうり,もやし,きょほう	650 24.0	旬の食材 きょほう
4 金	ごはん おかかふりかけ	○	鮭の西京みそ焼き ひじきの炒め煮 むらくも汁	削り節,あおのり,鮭,干ひじき,とりもも肉,油揚げ,豆腐,★鶏卵	米,砂糖,白ごま,油,でん粉	しょうが,にんじん,さやいんげん,たまねぎ,こまつな	638 30.8	旬の食材 鮭
7 月	つけめん	○	じゃがいもの中華サラダ パインとさつまいものパイ	とりむね,煮干し,粉かつお,ベーコン,いんげんまめ,調製豆乳	むし中華めん,ごま油,白ごま,砂糖,じゃがいも,サラダ油,さつまいも,★バター,★パイ皮	にんにく,しょうが,たまねぎ,もやし,こまつな,ねぎ,きゅうり,にんじん,★パイン缶	631 25.3	旬の食材 さつまいも
8 火	チキンたつたサンド	○	夏野菜のチーズ焼き コーンクリームスープ シャインマスカット	とりもも肉,とりむね肉,★ピザ用チーズ,★牛乳,★生クリーム	★丸パン,でん粉,じゃがいも,オリーブ油,油,★バター,小麦粉	しょうが,かぼちゃ,にんにく,たまねぎ,ズッキーニ,ミニトマト,セロリー,にんじん,コーン,パセリ,シャインマスカット	594 25.2	旬の食材 かぼちゃ
9 水	くりごはん	○	いかのかりん揚げ いそかあえ とんじる	★いか,削り節,刻みのり,豚肩,豆腐	米,もち米,むき栗,白ごま,油,でん粉,じゃがいも	しょうが,はくさい,もやし,こまつな,ごぼう,にんじん,だいこん,ねぎ	612 26.9	行事食 重陽の節句
10 木	ごはん	○	ヤンニョムチキン 3色ナムル ねぎとわかめのスープ	とりもも肉,豚ロース,わかめ	米,でん粉,小麦粉,油,ごま油,砂糖,白ごま,サラダ油	にんにく,しょうが,こまつな,もやし,にんじん,にんじん,ねぎ	651 22.3	世界の料理 韓国
11 金	ガーリックライス	○	アクアパッツァ 青のりビーンズポテト ABCスープ　　巨峰	★鶏卵,★ホキ,★むきえび,大豆,あおのり,鶏むね肉	米,麦,強化米,砂糖,★バター,オリーブ油,大豆油,じゃがいも,サラダ油,マカロニ	パセリ,にんにく,トマト,たまねぎ,セロリー,にんじん,キャベツ,スィートコーン缶ホール,巨峰	668 28.3	旬の食材 巨峰
14 月	トマトライスの クリームソース	○	わかめサラダ なし	とりもも肉,★牛乳,★生クリーム,★粉チーズ,わかめ	米,油,★バター,小麦粉,はちみつ,サラダ油	セロリー,たまねぎ,マッシュルーム缶,パセリ,キャベツ,きゅうり,にんじん,にんじん,梨	641 21.4	旬の食材 なし
15 火	ごはん	○	さばの味噌煮 ごま酢あえ けんちんじる	さば,寒天,出し昆布,削り節,豆腐	米,三温糖,白ごま,ごま油,つきこんにゃく,じゃがいも	しょうが,ねぎ,もやし,にんじん,こまつな,ごぼう,だいこん	649 28.6	旬の食材 さば
16 水	こうやどうふの そぼろどん	○	塩もみ野菜 どさんこじる	鶏ひき肉,高野豆腐,削り節,★鶏卵,糸がきかつお,出し昆布,豚肩,豆腐,わかめ	米,油,砂糖,白ごま,じゃがいも,★バター	しょうが,たまねぎ,にんじん,干ししいたけ,さやいんげん,キャベツ,きゅうり,にんじん,だいこん,コーン缶ホール,ねぎ	693 30.0	注目の食材 高野豆腐
17 木	ハニーレモン トースト	○	チキンビーンズ オニオンチップサラダ 巨峰	★牛乳,とりもも肉,大豆	★食パン,マーガリン,はちみつ,油,じゃがいも,三温糖,小麦粉,大豆油,砂糖	レモン,セロリー,たまねぎ,にんじん,キャベツ,きゅうり,コーン缶ホール,みかん	631 24.1	旬の食材 巨峰
18 金	サンマごはん	○	こまつなのあえもの 具だくさんじる	さんま,★鶏卵,削り節,豚肩,豆腐	米,麦,強化米,でん粉,三温糖,油,ごま油,砂糖,白ごま,じゃがいも	しょうが,万能ねぎ,こまつな,キャベツ,もやし,にんじん,ごぼう,だいこん,ねぎ	681 25.6	旬の食材 さんま
21 月	敬老の日							
22 火	国民の休日							
23 水	秋分の日							
24 木	キンパまぜごはん	○	大根ときゅうりのキムチ風 青菜とコーンの卵スープ	豚ひき肉,刻みのり,豆腐,★鶏卵	米,ごま油,砂糖,白ごま,でん粉	にんにく,しょうが,もやし,こまつな,にんじん,たくあん,だいこん,きゅうり,コーン缶,たまねぎ,チンゲンサイ	654 23.5	注目の食材 キンパ
25 金	ごはん のりのつくだに	○	ししゃものスティック揚げ 千草和え すましじる　りんご	焼きのり,ししゃも,油揚げ,★鶏卵,昆布,削り節,豆腐,わかめ	米,砂糖,油,はるまきの皮,つきこんにゃく,サラダ油,ごま油	江戸菜,にんじん,キャベツ,えのきたけ,ねぎ,りんご	645 21.5	旬の食材 りんご
26 土	スパゲッティ ナポリタン	○	小松菜サラダ いもとりんごのパリっとあげ	ベーコン,豚モモ,★粉チーズ,ツナ缶	オリーブ油,スパゲッティ,サラダ油,三温糖,さつまいも,はるまきの皮,油	にんにく,たまねぎ,にんじん,エリンギ,ピーマン,こまつな,キャベツ,にんじん,きゅうり,りんご	632 21.4	旬の食材 さつまいも
28 月	振替休業日							
29 火	チキンライス	○	すごもり卵 キャベツとベーコンのスープ	鶏むね肉,ベーコン,★鶏卵,★ピザ用チーズ	米,油	にんにく,たまねぎ,にんじん,マッシュルーム,ピーマン,キャベツ,チンゲンツァイ	610 20.0	旬の食材 ピーマン
30 水	ブルーベリー ジャムサンド	○	バジルサラダ じゃがいものクリームスープ シャインマスカット	★星型チーズ,鶏肉モモ,ベーコン,いんげんまめ,豆乳,★牛乳,★生クリーム,★粉チーズ	★食パン,油,砂糖,★バター,小麦粉,じゃがいも	ブルーベリージャム,キャベツ,もやし,きゅうり,にんじん,コーン,にんにく,しめじ,ほうれんそう,パセリ,マスカット	611 26.9	旬の食材 シャイン マスカット

◎アレルギー食品には記号を表示しています
◎学校行事、食材購入等の都合で、献立を変更することがあります。
◎安全管理のため、果物以外の献立はすべて加熱調理をしています。
◎９月の給食回数は１９回(6年生16回)です。