

9月給食だより



令和6年 9月
池田市立学校給食センター

長い夏休みが終わり、2学期が始まりました。夏休み中に生活リズムが不規則になっている人はいませんか？暑い日が続きますが、毎日元気に過ごせるように、規則正しい生活を心がけましょう。



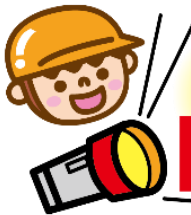
秋の風物詩 お月見

秋の行事のひとつに「お月見」があります。十五夜（旧暦の8月15日）に、農作物の収穫を祝って月見団子や里いもなどをお供えし、月を眺めるもので、平安時代に中国から伝わった風習がもととなっています。現在の暦では、十五夜の日は毎年変わり、今年は9月17日(火)です。



17日(火)の給食はお月見献立です！ 豚汁、さつまいもコロッケ、月見だんごが登場します！ お楽しみに！





9月1日 防災の日

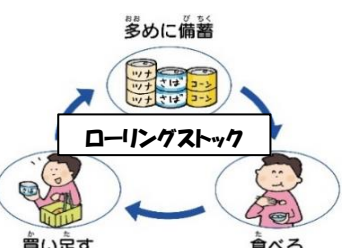
近年、大地震をはじめとする台風や豪雨などの自然災害が全国的に起こっています。大きな自然災害が起こると、水や食料品が手に入りにくくなります。日ごろから少し多めに買い置きし、使いながら備える「ローリングストック」を実践しましょう。

2日(月)は防災の日献立です！

- ・防災シチュー
- ・フランクフルトソーセージ
- ・缶缶サラダ

火を使わずに調理ができる料理や、簡単に調理できる食品が献立に登場します！

食缶に個包装のシチューが入っています。汁椀に出して食べましょう。



多めに備蓄
ローリングストック
買い足す
食べる



賞味期間5年
LLヒートレスシチュー
温めずにおいしい野菜シチュー
(ブラウンソース仕立て)
野菜がたっぷり入ったまろやかなシチューです。玉ねぎとトマト、にんにくはペースト状のものをソースに溶け込ませてあります。
178kcal 200g
食料に肉を使用していない

<学校給食用半製品の材料> 保存料は使用していません

27日(火)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	29日(木)	2日(月)	2日(月)	3日(火)	4日(水)	4日(水)			
ささみフライ (50g)	白玉団子 (加糖)	ハンバーグ(50g)	焼き豆腐	さば缶(水煮)	防災シチュー(レトルト)(200g)	フランクフルトソー セージB(40g)	*だし巻き卵 (60g)	白身魚フライ (50g)	ノンエッグタルタル			
鶏ササミ肉 〔衣〕 パン粉(小麦) 澱粉加工品 砂糖 食塩 植物性タンパク (小麦) コショウ 酵母エキス 加工澱粉 増粘多糖類 (一部に小麦・ 鶏肉を含む)	米粉 (うるち米) 砂糖 加工でん粉 酵素(大豆由来)	鶏肉 豚肉 たまねぎ 粒状植物性 たん白(大豆) 豚脂 でん粉 砂糖 トマトケチャップ 植物油脂(大豆) 乾燥マッシュポテト 野菜ペースト 香辛料	オニオンエキス パウダー 食塩 酵母エキス 加工デンプン 炭酸Ca 調味料(無機塩) 焼成Ca ピロリン酸鉄 着色料(ココア) 硫酸Ca (一部に大豆・ 鶏肉を含む)	豆乳(大豆) 加工でん粉 凝固剤製剤 (大豆) いかなど(50g) いかに(赤い) 小麦粉 澱粉(コーン) ベーキングパウダー 食塩 揚げ油(なたね)	さば 食塩 ミニゼリー (ぶどう)(16g) 異性化液糖 グレープ濃縮果汁 砂糖 ゲル化剤 (増粘多糖類) 酸味料 (クエン酸) クエン酸Na 香料 グレープフレーバー	野菜 玉ねぎ じゃがいも にんじん パーム油 砂糖 デキストリン トマトペースト 食塩 酵母エキス 玉ねぎエキス ガーリックペースト	香辛料 増粘剤 加工デンプン キサンタンガム 調味料 (アミノ酸等) カラメル色素 乳化剤 酸化防止剤 (ビタミンC) 香料 香辛料抽出物	豚肉 砂糖 食塩 香辛料	鶏卵 穀物酢 でん粉 砂糖 食塩 かつおだし 植物油 (焼成油) コショウ 酵母エキス 加工澱粉 増粘多糖類 (一部に小麦を含む)	ホキ 〔衣〕 パン粉(小麦) 澱粉加工品 砂糖 食塩 植物性タンパク (小麦) コショウ 酵母エキス 加工澱粉 増粘多糖類 (一部に小麦を含む)	植物油脂(大豆) ピクルス 砂糖 醸造酢 豆乳(大豆) 食塩 乾燥たまねぎ 粉末状植物性 たん白(大豆) 香辛料 かぼちゃパウダー	酵母エキス パウダー 増粘剤 加工でん粉 キサンタンガム 調味料 (有機酸等) 香辛料抽出物 カロチノイド色素
5日(木)	5日(木)	6日(金)・20日 (金)・25日(水)	6日(金)	11日(水)	11日(水)	13日(金)	13日(金)	13日(金)	17日(火)	17日(火)		
れんこんの肉詰め フライ(50g)	塩昆布	厚揚げ	海鮮チヂミ(50g)	かぼちゃひき肉フライ(60g)	とうもろこし ペースト	さつま揚げ	ミニがんもどき	米粉のたご焼 き(20g)	さつまいもコ ロッケ(50g)	月見だんご (40g)＜直送＞		
鶏肉 れんこん 玉葱 醸造調味料 顆粒状大豆 たん白(大豆) しいたけ 食塩 〔つなぎ〕 パン粉(小麦) 馬鈴薯澱粉 〔衣〕 パン粉(小麦) 小麦粉 とうもろこし澱粉 粉末状大豆 たん白(大豆) 植物油脂(菜種) 食塩	昆布 醤油 砂糖 食塩 加工デンプン 豆腐用凝固剤 増粘剤 (キサンタンガム) ピロリン酸鉄 (一部に大豆を含む)	大豆 食塩 揚げ油 植物油 加工デンプン 豆腐用凝固剤 増粘剤 (キサンタンガム) ピロリン酸鉄 (一部に大豆を含む)	キャベツ ミックス粉 小麦粉 米粉 コーンスターチ グラニュー糖 食塩 小麦でん粉 (小麦) ブドウ糖 たん白加水分解物 (小麦・大豆) 増粘多糖類 グアーガム キサンタンガム にら こめ油 天かす(小麦) 小麦粉	こめ油 食塩 風味調味料 酵母エキス トレハロース いかに かつおだし かつお節エキス 魚介エキス 酵母エキス 醸造酢 小麦グルテン酵素 分解物(小麦) ウスターソース (大豆) 香辛料	かぼちゃ たまねぎ 豚肉 砂糖 しょうゆ 豚脂 粒状植物性 たん白(大豆) 〔つなぎ〕 でん粉 パン粉 発酵調味料 小麦グルテン酵素 分解物(小麦) ウスターソース (大豆) 香辛料	〔衣〕 パン粉(小麦) でん粉 小麦粉 植物油脂 デキストリン 加工デンプン 調味料(アミノ酸) 着色料 カラメル 紅麹 ラック (一部に小麦・ 大豆・豚肉 ・りんごを含む)	とうもろこし 12日(木) とり天(50g) 鶏肉 薄口醤油 小麦粉 コーンスターチ 大豆油 ベーキングパウダー	魚肉 イトヨリ 助宗 エソ でん粉 砂糖 食塩 ぶどう糖 揚げ油(菜種)	豆腐(大豆) 豆腐用凝固剤 植物油脂 揚げ油(なたね油) 粉状大豆 たん白(大豆) にんじん でん粉 糖類 砂糖 ぶどう糖 食塩	米粉 キャベツ タコ 砂糖 食塩 和風だしの素 加工でんぷん 膨張剤 安定剤 (キサンタンガム) (一部に大豆を含む)	さつまいも パン粉(小麦) バターミックス (小麦) 上白糖 加工でんぷん 膨張剤 安定剤 (キサンタンガム) (一部に大豆を含む)	米粉 砂糖 加工でん粉 酵素製剤(大豆) 植物油脂 着色料 (クチナシ)
18日(水)	19日(木)	19日(木)	20日(金)	24日(火)	24日(火)	25日(水)	25日(水)	26日(木)	26日(木)	27日(金)	27日(金)	30日(月)
*オムレツ (50g)	ぎょうざ(17g)	角切り焼き豚	平つくね(50g)	赤魚の醤油焼 き(50g)	おはぎ(30g) ＜直送＞	いかフリッター (30g)	チョコレートス プレッド(15g)(乳含む)	冷凍もずく	ハムカツ(50g)	粉かつお	にしんの 煮付け(40g)	ハッシュド ポテト(40g)
鶏卵 砂糖 でん粉 穀物酢 食塩 植物油 (焼成油)	キャベツ 豚肉 玉葱 豚骨 粒状大豆たん白 (大豆) 醤油 ごま油 砂糖 食塩 蛋白加水分解物 (小麦・大豆) にんにく 〔皮〕 小麦粉 グルテン(小麦) 食塩	豚もも肉 砂糖 粉あめ しょうゆ 食塩 しょうゆ加工品 しょうゆ 砂糖 香辛料抽出物	キャベツ 鶏肉 豚脂 〔つなぎ〕 でん粉 えんどう豆たん白 砂糖 発酵調味料 食塩 鰹節 しょうが 酵母エキス 香辛料	赤魚 醤油 砂糖 みりん風調味料	小豆粒あん もち米 麦芽糖 トレハロース 食塩	いか 小麦粉 澱粉(コーン) 植物性蛋白 (大豆) ベーキングパウダー 食塩 揚げ油(なたね)	食用油脂 植物油脂 加工油脂 砂糖 カカオマス ココアパウダー ぶどう糖 全粉乳(乳) 大豆粉(大豆) 食塩 炭酸カルシウム 乳化剤(大豆) 香料 バニラフレーバー チョコレートフ レーバー ミルクフレーバ ー	沖縄もずく pH調整剤	鶏肉 〔衣〕 ポテトフレーク 米粉フレーク 食塩 香辛料 でん粉 植物繊維 酵母エキス でん粉 発酵調味料 砂糖 粉末状大豆 たん白(大豆) 食塩 香辛料 鉄含有酵母 加工でん粉 増粘剤	かつおのふし にしん 三温糖 醤油 発酵調味料 食塩 加工澱粉 生姜	馬鈴薯 たまねぎ 上新粉 食塩 揚げ油 植物油脂 (なたね・大豆)	