

門真市教育委員会

,

門真市教育委員会

[illegible]

令和8年度9月 予定献立表

門真市教育委員会

9月1日(火)			9月2日(水)			9月3日(木)			9月4日(金)					
黒糖食パン(1枚) 40・50・70… 牛乳 ポークビーンズ ツナとひじきのサラダ			ごはん(50, 70, 90, 100) 牛乳 あげカレーうどん ゆで干し大根の炒め煮			きなこ揚げパン40・50・70・80 牛乳 コンソメスープ 焼きビーフン			ごはん(50, 70, 90, 100) 牛乳 大根と豚肉の煮物 いわしのごまがらめ					
食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)
★黒糖食パン	1切	1切	米・精白米	70	100	★コッペパン	1こ	1こ	米・精白米	70	100			
★牛乳	1本	1本	水	98	140	油(揚げ油)	8	9	水	98	140			
豚角肉(1.5cm角)	15	18	★牛乳	1本	1本	★きなこ	3.5	4.5	★牛乳	1本	1本			
塩(並塩)	0.15	0.2	にんじん	10	15	黒砂糖	4.5	5.5	豚肉スライス(3×2×0.25cm)	20	25			
こしょう(黒)	0.02	0.02	たまねぎ	43	53	★牛乳	1本	1本	塩(並塩)	0.3	0.4			
ベーコン(バラ・角)	10	12	カレー粉	0.3	0.7	鶏肉角切(皮つき1cm角)	10	12	酒	0.3	0.4			
にんじん	10	15	油	0.5	0.8	塩(並塩)	0.15	0.2	しょうが	0.9	1.4			
たまねぎ	40	45	きょうあげ	10	12	こしょう(黒)	0.02	0.03	にんじん	22	28			
じゃがいも	50	55	うどん	55	60	にんじん	5	7	こんにゃく(板)	33	42			
トマトピューレ	4	5	ねぎ	5	6	たまねぎ	30	35	油	1	1.2			
ケチャップ	4	5	塩(並塩)	0.15	0.2	じゃがいも	10	15	だいこん	90	120			
油	0.5	0.6	しょうゆ(こいくち)	5.3	7.5	キャベツ	20	25	ねぎ	6	7			
白いんげんまめ	10	14	でんぷん	2.5	3	油	0.5	0.6	砂糖	2.2	3			
ウスターソース	1.5	2	だし昆布	0.4	0.4	★卵	20	25	しょうゆ(こいくち)	5	6.6			
塩(並塩)	0.2	0.3	削り節	3	3.5	でんぷん	0.25	0.3	湯	17	25			
湯	35	40	水	95	115	パセリ	0.5	0.6	豚骨スープ	0.4	0.5			
★まぐろ油漬け	10	12	豚肉スライス(4×2×0.5cm)	10	15	鶏がらスープ	2.4	3	★いわしカット(冷)	40	50			
ひじき(干し)	0.6	0.7	酒	0.15	0.2	塩(並塩)	0.8	0.9	塩(並塩)	0.1	0.12			
キャベツ	25	35	しょうゆ(こいくち)	0.8	1	こしょう(黒)	0.04	0.05	でんぷん	4	5			
にんじん	5	6	ゆで干し大根	3.5	4.2	湯	120	135	油(揚げ油)	3	4			
ホールコーン(冷)	10	12	もやし	20	30	豚肉スライス(3×2×0.25cm)	10	12	★ごま(白)	1	1.3			
油	0.3	0.36	にら	4	5	塩(並塩)	0.2	0.25	しょうゆ(こいくち)	1.7	2			
塩(並塩)	0.2	0.24	油	0.6	0.8	こしょう(黒)	0.02	0.03	砂糖	0.8	1			
こしょう(黒)	0.01	0.02	塩(並塩)	0.2	0.3	にんじん	7	8	みりん	0.8	1			
★マヨネーズ	3.5	4	こしょう(黒)	0.02	0.03	たまねぎ	30	35	酒	0.8	1			
しょうゆ(こいくち)	0.3	0.36	★オイスターソース	0.8	1	たけのこ(水煮)	8	10	水	5	6			
			酒	0.4	0.5	干しいたけ(スライス)	0.5	0.6	でんぷん	0.08	0.1			
			★ごま油	0.3	0.4	油	1	1.2						
						砂糖	0.2	0.3						
						しょうゆ(こいくち)	2.2	2.8						
						ビーフン	9	10						
						きぬさや	2	3						
						★ごま油	0.3	0.4						

門真市教育委員会

令和8年度9月 予定献立表

門真市教育委員会

9月14日(月)			9月15日(火)			9月16日(水)			9月17日(木)			9月18日(金)		
ごはん(50, 70, 90, 100) 牛乳 じゃがいものそぼろ煮 ゆで干し大根の煮物 あかしそふりかけ			コッペパン40・50・70・80 牛乳 ミネストローネ かつおのバーベキューソース ココアビーンズ			ごはん(50, 70, 90, 100) 牛乳 きゅうりのピリ辛スープ 夏野菜のチャプチェ			チーズパン40・50・70・80 牛乳 キャベツとフランクフルトのスープ煮 さつまいもと大豆の甘辛煮			カレーライス(55, 75, 95, 110) 牛乳 キャベツのさつと煮		
食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)
米・精白米	70	100	★コッペパン	1こ	1こ	米・精白米	70	100	★チーズパン	1こ	1こ	米・精白米	75	100
水	98	140	★牛乳	1本	1本	水	98	140	◎チーズ	5	8	発芽玄米	7	9
★牛乳	1本	1本	ベーコン(バラ・角)	15	18	★牛乳	1本	1本	★牛乳	1本	1本	水	120	158
鶏ひき肉	18	25	にんじん	5	7	鶏肉角切(皮つき1cm角)	10	15	フランクフルト(絹引き)	20	25	豚肉スライス(3×2×0.25cm)	30	35
塩(並塩)	0.3	0.35	たまねぎ	25	30	塩(並塩)	0.2	0.25	油	0.3	0.4	塩(並塩)	0.35	0.45
酒	0.3	0.35	じゃがいも	20	35	こしょう(黒)	0.01	0.03	にんじん	5	7	こしょう(黒)	0.04	0.05
しょうが	0.8	1	キャベツ	20	35	油	0.4	0.5	たまねぎ	20	25	ワイン(赤)	1	1.5
にんじん	20	25	★あさり(冷)	7	10	にんじん	11	13	キャベツ	60	70	にんじん	20	25
たまねぎ	50	65	オリーブ油	0.6	0.7	干ししいたけ	0.5	0.6	パセリ	0.3	0.4	たまねぎ	60	75
じゃがいも	80	95	トマト	15	20	はるさめ(緑豆)	4	5	塩(並塩)	0.8	0.9	じゃがいも	40	50
油	0.5	0.6	トマトの水煮缶詰	20	25	★卵	20	25	こしょう(黒)	0.04	0.05	★りんご	13	15
★ひら天	12	15	とうがん	15	20	でんぷん	0.2	0.25	豚骨スープ	1.5	2	にんにく	0.3	0.4
砂糖	1.5	2	パセリ	0.3	0.4	きゅうり	10	15	湯	85	105	しょうが	0.04	0.06
しょうゆ(こいくち)	3.6	4	豚骨スープ	1	1.2	しょうゆ(うすくち)	4.3	6	さつまいも	40	48	油	1	1.2
削り節	0.5	0.6	塩(並塩)	0.6	0.72	塩(並塩)	0.2	0.3	★大豆(国産)乾	5	6	塩(並塩)	1	1.3
水	20	25	こしょう(黒)	0.03	0.04	こしょう(黒)	0.02	0.03	でんぷん	2	2.4	しょうゆ(こいくち)	0.9	1.2
うすあげ	2.5	3	湯	50	60	トウバンジャン	0.05	0.11	油(揚げ油)	3	4	トンカツソース	2.5	3
ゆで干し大根	5	6	★かつお(角切)(冷)	50	60	★ごま油	0.1	0.12	砂糖	3.1	3.7	ウスターソース	2.5	3
にんじん	3	5	しょうが	0.5	0.9	鶏がらスープ	4	7	しょうゆ(こいくち)	3.1	3.7	トマトピューレ	7	10.5
砂糖	2	2.2	しょうゆ(こいくち)	1.2	1.4	湯	120	150	みりん	0.9	1.1	油	5.3	6
しょうゆ(うすくち)	3	4	でんぷん	7	9	牛肉スライス(0.25×2×4cm)	20	25	水	1	1.2	★小麦粉	7.7	9
削り節	0.2	0.2	油(揚げ油)	4	5	にんにく	0.12	0.14				カレー粉	0.55	0.9
水	25	30	米酢	1	1.2	ねぎ	1.2	1.4				湯	85	95
ゆかり粉	1	1.2	しょうゆ(こいくち)	1.3	1.6	砂糖	1	1.2				★牛乳	1本	1本
			みりん	0.6	0.7	しょうゆ(こいくち)	1	1.2				にんじん	5	6
			砂糖	2.3	2	油	0.5	0.6				キャベツ	40	50
			水	2	2.4	たまねぎ	20	25				塩(並塩)	0.05	0.1
			★ココアビーンズ	1袋	1袋	赤ピーマン(パプリカ)	10	12				油	0.3	0.4
						黄ピーマン(パプリカ)	10	12				★まぐろ油漬け	10	12
						ズッキーニ(青)	5	6				しょうゆ(こいくち)	1.5	2
						油	0.6	0.7				酢・米酢	2	2.4
						砂糖	1.1	1.2				砂糖	1	1.2
						しょうゆ(こいくち)	2.4	2.9				★ごま油	0.3	0.4
						★ごま油	0.7	0.8						

門真市教育委員会

9月24日(木)			9月25日(金)		
コッペパン40・50・70・80 牛乳 豆乳のコーンポタージュ じゃがいもとピーマンの炒め物			ごはん(50, 70, 90, 100) 牛乳 月見団子汁 さばのみそ煮40・40・40・50 あかしそふりかけ		
食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)
★コッペパン	1こ	1こ	米・精白米	70	100
★牛乳	1本	1本	水	98	140
にんじん	15	17	★牛乳	1本	1本
たまねぎ	35	45	にんじん	10	12
油	0.5	0.6	はくさい	30	35
ホールコーン(冷)	5	6	干ししいたけ	0.5	0.6
クリームコーン(缶)	35	45	鶏肉角切(皮つき1cm角)	5	6
パセリ	0.5	0.6	塩(並塩)	0.1	0.15
★バター	5	6	酒	0.1	0.15
★小麦粉	5	6	油	0.2	0.3
★豆乳	50	60	白玉もち(冷)	30	40
塩(並塩)	0.65	0.82	えのきたけ	7	9
こしょう(黒)	0.04	0.08	ねぎ	3	4
鶏がらスープ	6	7	しょうゆ(うすくち)	5	5.5
湯	65	75	だし昆布	0.4	0.5
じゃがいも	65	75	削り節	2	2.5
油(揚げ油)	2.5	3	水	110	120
豚肉スライス(3×2×0.25cm)	15	18	★さば(焼)(冷)	1切	1切
塩(並塩)	0.2	0.25	しょうが	0.8	1
こしょう(黒)	0.02	0.03	みりん	0.4	0.5
ピーマン	8	12	酒	0.4	0.5
しょうが	0.2	0.3	砂糖	2.2	2.7
ねぎ	1	2	赤みそ(国産)	4	5
油	0.5	0.6	水	18	20
酒	0.2	0.3	ゆかり粉	1	1.2
しょうゆ(こいくち)	0.4	0.6			

門真市教育委員会

9月28日(月)			9月29日(火)			9月30日(水)		
チャーハン(50,70,90,95) 牛乳 レタススープ 揚げぎょうざ			コッペパン(減) 35・45・65・… 牛乳 スパゲティナポリターナ コーンと小松菜のソテー			麩入り玉子丼(50,70,90,1… 牛乳 大豆の磯煮		
食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)
米・精白米	70	95	★コッペパン	1こ	1こ	米・精白米	70	100
水	95	128	★牛乳	1本	1本	水	98	140
焼き豚(1cm角)	15	18	ベーコン(バラ・角)	15	18	たまねぎ	70	85
にんじん	10	12	たまねぎ	35	42	油	0.7	0.9
たまねぎ	20	25	トマト	10	12	えのきたけ	7	10
しょうが	0.5	1	なす	15	20	ねぎ	10	15
ねぎ	3	6	油	0.2	0.3	★卵	55	65
油	1.5	1.8	にんにく	0.3	0.4	★おつゆふ	4	5
塩(並塩)	0.45	0.5	オリーブ油	0.5	0.6	塩(並塩)	0.1	0.2
こしょう(黒)	0.04	0.05	トマトの水煮缶詰	20	24	砂糖	2.7	3
★オイスターソース	2.3	3	スパゲティ(ハーフ)	30	36	しょうゆ(うすくち)	8	9
しょうゆ(こいくち)	2.2	2.8	塩(並塩)	0.2	0.25	削り節	0.4	0.6
★牛乳	1本	1本	こしょう(黒)	0.01	0.02	水	40	50
たまねぎ	20	35	ケチャップ	6	8	★牛乳	1本	1本
カットわかめ	1	1.2	トマトピューレ	5	6	きょうあげ	5	7
レタス	15	20	ウスターソース	2	2.4	ひじき(干し)	1.2	1.5
ねぎ	4	5	湯	3	4	★大豆(国産)乾	13	15
★ごま(白)	0.3	0.4	★バター	1	1.2	砂糖	1.6	2
塩(並塩)	0.5	0.7	ホールコーン(冷)	20	22	しょうゆ(こいくち)	2.4	2.9
こしょう(白)	0.02	0.05	こまつな	40	55	削り節	0.2	0.3
しょうゆ(うすくち)	2	3	油	0.3	0.4	水	12	15
だし昆布	0.3	0.4	塩(並塩)	0.2	0.25			
削り節	2.5	3	こしょう(黒)	0.02	0.03			
水	130	150	しょうゆ(こいくち)	0.5	0.6			
ぎょうざ	2こ	3こ	★バター	1	1			
油(揚げ油)	2	3						