



9月 きゅうしょくこんだて表(B)

2025年 別府市学校給食センター

はし	日	曜	主食	牛乳	おかず	血や肉になる	熱や力になる	体の調子をととのえる	エネルギー(kcal)小学生	エネルギー(kcal)中学生
	1	月	ごはん		なす入りマーボー わかめスープ アセロラゼリー	牛乳,豚肉,大豆 厚揚げ,ちくわ みそ,わかめ	米,砂糖,かたくり粉 油,ごま油,マロニー ゼリー	玉ねぎ,にんじん ピーマン,なす えのきたけ,ねぎ	614kcal	756kcal
★	2	火	コッペパン		焼きビーフン とり肉と小松菜のスープ りんごジャム	牛乳,鶏肉,豚肉 イカ,エビ,かまぼこ	コッペパン,油 ビーフン,ごま油 ジャム	にんじん,キャベツ こまつな,きくらげ 玉ねぎ,もやし,ねぎ	562kcal	704kcal
	3	水	ごはん		ビーフカレー 福神和え ヨーグルト	牛乳,牛肉,チーズ ヨーグルト	米,油,じゃがいも ごま油	にんじん,玉ねぎ 枝豆,きゅうり	669kcal	810kcal
★	4	木	ごはん		とり鶏とれんこんの甘辛炒め もずくスープ こめっぶのり お祝いゼリー	牛乳,鶏肉,厚揚げ もずく,豆腐,のり	米,砂糖,油,ゼリー	にんじん,れんこん えのきたけ,ねぎ	566kcal	675kcal
	5	金	コッペパン		ホキのレモンソース オニオンスープ 花野菜サラダ	牛乳,ホキ,ベーコン	コッペパン,油,薄力粉 かたくり粉,砂糖,バ ター,ドレッシング	玉ねぎ,ブロッコリー パセリ,カリフラワー コーン,レモン果汁	599kcal	753kcal
	8	月	ミルクパン		ポークビーンズ コールスローサラダ	牛乳,豚肉 ベーコン,大豆	ミルクパン,砂糖 油,じゃがいも ドレッシング	玉ねぎ,にんじん,枝豆 キャベツ,きゅうり トマト缶	550kcal	697kcal
★	9	火	ごはん		トリニータ丼 のっぺい汁 オーツミルクムース	牛乳,鶏肉,豚肉 油揚げ	米,かたくり粉,油,砂 糖,ごま油,さといも, ムース	だいこん,にんじん ねぎ,こんにゃく 乾しいたけ,にら	620kcal	758kcal
★	10	水	ごはん		さんまの梅煮 なめこのみそ汁 きゅうわかめの炒め物	牛乳,さんま,豚肉, 油揚げ,豆腐 みそ,きゅうわかめ	米,砂糖,かたくり粉 油,ごま油	玉ねぎ,にんじん なめこ,ねぎ しらたき,梅びしお	648kcal	764kcal
	11	木	コッペパン		クリームシチュー 元気サラダ	牛乳,鶏肉,ハム,塩昆布 かつおぶし	コッペパン,砂糖,油 じゃがいも	玉ねぎ,にんじん,枝豆 キャベツ,きゅうり しめじ,コーン缶 トマト,かぼす果汁	547kcal	692kcal
★	12	金	ごはん		ブルコギ 中華たまごスープ	牛乳,牛肉,たまご かまぼこ	米,油,砂糖 はるさめ,ごま油 かたくり粉,ごま	玉ねぎ,にんじん もやし,乾しいたけ ねぎ,にら	602kcal	740kcal
	15	月	敬老の日							
★	16	火	ごはん		とり鶏の塩こうじ焼き すまし汁 ツナと小松菜のサラダ	牛乳,鶏肉,豆腐 ツナ	米,ごま油,砂糖,塩こう じ	にんじん,こまつな キャベツ,コーン缶 ねぎ,かぼす果汁,しめじ	566kcal	683kcal
	17	水	コッペパン		チキンパルミジャーノ ながネギとじゃがいものスープ オレンジゼリー	牛乳,鶏肉,ベーコン チーズ	コッペパン,砂糖,油 薄力粉,パン粉,バター じゃがいも,マヨネー ズ,ゼリー	玉ねぎ,にんじん トマト缶,ねぎ	648kcal	803kcal
★	18	木	ごはん		豚肉のみそ焼き けんちん汁 ゆかり和え	牛乳,豚肉 豆腐,みそ	米,砂糖 油,さといも	キャベツ,にんじん こんにゃく,ねぎ 乾しいたけ	528kcal	643kcal
	19	金	米粉パン		とり鶏のコーンフ레이크焼き ミネストローネ	牛乳,鶏肉 ウインナー,チーズ	米粉パン,マヨネーズ コーンフ레이크 じゃがいも,油	玉ねぎ,にんじん トマト缶,キャベツ パセリ	554kcal	703kcal
★	22	月	ごはん		さわらの野菜あんかけ 厚揚げとかぼちゃのみそ汁	牛乳,さわり,厚揚げ みそ	米,油,かたくり粉 砂糖,ごま油	玉ねぎ,にんじん だけのこ,えのきたけ かぼちゃ,こまつな	609kcal	740kcal
	23	火	秋分の日							
★	24	水	ごはん		厚揚げの中華煮 かりこりきゅうり ヨーグルトクレープ	牛乳,豚肉,厚揚げ,ちく わ	米,砂糖,かたくり粉 油,ごま,ごま油,クレー プ	にんじん,玉ねぎ だけのこ,キャベツ 枝豆,きゅうり 乾しいたけ	547kcal	659kcal
	25	木	コッペパン		揚げ鶏のオレンジソース レタスとトマトのスープ ブロッコリーサラダ	牛乳,鶏肉,ベーコン	コッペパン,かたくり 粉,油,ジャム,砂糖,マ ヨネーズ	玉ねぎ,にんじん トマト,レタス,パセリ ブロッコリー,きゅうり	613kcal	783kcal
★	26	金	ごはん		豚キムチ 冬瓜と卵のスープ かぼすゼリー	牛乳,豚肉,鶏肉,たまご	米,砂糖,ごま油,かた くり粉,ゼリー	しょうが,キャベツ,玉ね ぎ,にんじん,ニラ,キムチ, 冬瓜,ねぎ	572kcal	689kcal
★	29	月	少なめ ごはん		ちりめんかきあげ 五目うどん 大葉みそ	牛乳,ちりめん,ちくわ 鶏肉,油揚げ,豚肉,みそ	米,薄力粉,油,かたくり 粉,砂糖,うどん麺	玉ねぎ,にんじん 乾しいたけ,ねぎ,しそ葉	619kcal	807kcal
	30	火	コッペパン		スパニッシュオムレツ ABCスープ 1食ケチャップ	牛乳,ベーコン,たまご	コッペパン,油,じゃがい も,マヨネーズ,マカ ロニ	玉ねぎ,にんじん キャベツ,パセリ	577kcal	730kcal

〔注〕都合により献立を変更する場合があります。★の日はおはしを持ってきて下さい。