

令和8年

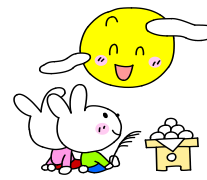
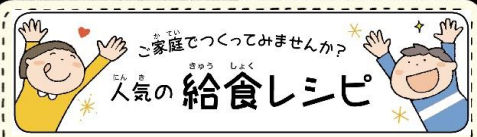
9月

はやおき・あいさつ・あさごはん

こんだて

にしごう
マクロビ! ウェンズデー

西郷村学校給食センター

月	火	水	木	金
 1日 しょうが和え ミンチカツ・パックソース 黒米ごはん ジャがいものみそ汁	 2日 五目きんぴら あじの塩焼き 麦ごはん お麩のみそ汁	 3日 ゆかり漬け 厚焼き玉子 おかかふりかけ 麦ごはん けんちん汁	 4日 フレンチサラダ ハンバーグきのこソース コッペパン アルファベットスープ	
給食がお休みの学校→	幼稚園		川谷中	西二中2年
 7日 さつまいもチップス ビビンバ丼(具をのせる) 春雨スープ	 8日 山吹和え(炒り卵入り和え物) 鶏肉のねぎ味噌焼き 雑穀ごはん すまし汁	 9日 おかか和え さばの塩焼き 麦ごはん 大根のみそ汁	 10日 中華サラダ 春巻き 麦ごはん 五目スープ	 11日 おからサラダ ソフト麺 カレーうどん汁
幼稚園	幼稚園・西二中・川谷中3年	西一中・西二中・川谷中	西一中・西二中・川谷中3年	西一中3年・川谷中3年
 14日 ごま酢和え とりつくね 麦ごはん 厚揚げのみそ汁	 15日 ナムル しそ入りぎょうざ 雑穀ごはん 中華スープ	 16日 もやしの和え物 カツオカツ 麦ごはん 玉ねぎのみそ汁	 17日 米小 希望献立 NISHIGO	 18日 ほうれん草のごまマヨサラダ 焼き栗コロッケ・パックソース コッペパン 豆乳スープ
幼稚園	幼稚園			西二中
 21日 敬老の日	 22日 国民の祝日	 23日 秋分の日	 24日 ★お月見献立★ お月見ゼリー チーズ和え(チーズ・炒り卵入り) やさい肉だんご ごはん いももち汁	 25日 コーンサラダ オムレツ 県産ももジャム にこにこパン コンソメスープ
				川谷小
 28日 フレンチサラダ チキンカレーライス	 29日 塩昆布和え 豚肉のピリ辛焼き 雑穀ごはん わかめのみそ汁	 30日 ★収穫祭★ にこにこ豆(黒糖) おひたし さんまのかばやき ごはん 川谷じゃがいものみそ汁	 ★ 豆乳スープ ★ レシピはこちら! (村HPへリンクします) QRコードからも確認できます	
幼稚園	幼稚園			

令和8年9月



毎月19日は食育の日です！

西郷村学校給食センター

日	曜	給食が お休みの 学校	献立名	かみ かみ	血や肉・骨になる		体の調子を整えるものになる				熱や力のもとになる		調味料	家で 食べて ほしい 食品	栄養価	
					あか		みどり		きいろ		小学校	中学校				
															エネルギー(kca)	たんぱく質(g)
															脂質(g)	食塩(g)
1	火	幼稚園	黒米ごはん ミンチカツ・パックスソース しょうが和え じゃがいものみそ汁	牛乳	牛乳 油揚げ	ミンチカツ わかめ	こまつな しょうが	キャベツ だいこん	もやし ねぎ	にんじん	黒米ごはん 米油	じゃがいも	パックスソース 濃口醤油 味噌 かつおだしパック	乳製品	677	789
2	水		★にしごう マクロビ！ウエズデー！★ 麦ごはん お魅のみそ汁 あじの塩焼き 五目きんぴら	牛乳	牛乳 豚肉	あじ	ごぼう 干しいたけ	こんにゃく ごぼう	にんじん ねぎ	いんげん	麦ごはん 三温糖 ごま油 白玉茹	米油 白いりごま じゃがいも	濃口醤油 みりん 味噌 かつおだしパック	まめ	641	741
3	木	川谷中	麦ごはん 厚焼き玉子 おかかふりかけ ゆかり漬け	けんちん汁 牛乳	牛乳 おかかふりかけ	厚焼き玉子 豆腐	キャベツ だいこん	ごぼう はくさい	にんじん ねぎ	こんにゃく ごぼう	麦ごはん ごま油	さといも	ゆかり 食塩 味噌 濃口醤油 かつおだしパック	小魚	620	716
4	金	西二中2年	コッペパン ハンバーグきのこソース フレンチサラダ アルファベットスープ	牛乳	牛乳 ソフトチキン水煮	ハンバーグ 鶏肉	たまねぎ にんじん	しめじ キャベツ	ごぼう ごぼう	ごぼう	コッペパン でんぶん アルファベットマカロニ	三温糖 米油	清酒 みりん 濃口醤油 食塩 穀物酢 こしょう コンソメ	海藻	598	751
7	月	幼稚園	ビビンバ并 春雨スープ	牛乳	牛乳 鶏卵	豚肉 鶏肉	しょうが はくさい	もやし チンゲンサイ	ごぼう ねぎ	にんじん	麦ごはん 三温糖 春雨	ごま油 白炒りごま さつまいもチップス	中華だし 甜麺醤 食塩 薄口醤油 濃口醤油 清酒 こしょう	きのこ	701	850
8	火	幼稚園 西二中 川谷中3年	雑穀ごはん 鶏肉のねぎ味噌焼き 山吹和え(炒り卵入り和え物) すまし汁	牛乳	牛乳 炒り玉子	鶏肉 豆腐	しょうが もやし	ねぎ にんじん	キャベツ だいこん	ごぼう	雑穀ごはん 三温糖	ごま油	清酒 味噌 濃口醤油 食塩 薄口醤油 昆布だし かつおだしパック	くだもの	594	713
9	水	西一中 西二中 川谷中	★にしごう マクロビ！ウエズデー！★ 麦ごはん 大根のみそ汁 さばの塩焼き おかか和え	牛乳	牛乳 かつお節	さば 豆腐	こまつな だいこん	はくさい ねぎ	もやし ねぎ	にんじん	麦ごはん じゃがいも	じゃがいも	濃口醤油 味噌 かつおだしパック	海藻	645	788
10	木	西一中 西二中 川谷中3年	麦ごはん 春巻き 中華サラダ 五目スープ	牛乳	牛乳 糸かまぼこ	春巻き 鶏肉	キャベツ たけのこ	ごぼう 干しいたけ	にんじん ねぎ	もやし ねぎ	麦ごはん ごま油	三温糖 米油	濃口醤油 食塩 穀物酢 清酒 中華だし こしょう 薄口醤油	小魚	583	700
11	金	西一中3年 川谷中3年	ソフト麺 カレーうどん汁 おからサラダ	牛乳	牛乳 油揚げ	鶏肉 おから	にんじん たまねぎ	ねぎ ごぼう	ごぼう ごぼう	ごぼう	ソフト麺 カレールー マカロニ 三温糖	米油 片栗粉 ノンエッグマヨ こしょう	純カレー 薄口醤油 穀物酢 食塩 こしょう	きのこ	611	733
14	月	幼稚園	麦ごはん とりつくね ごま酢和え 厚揚げのみそ汁	牛乳	牛乳 生揚げ	鶏つくね	もやし ねぎ	にんじん いんげん	とうもろこし ごぼう	ごぼう	麦ごはん ごま油 白炒りごま じゃがいも	三温糖 白炒りごま	濃口醤油 穀物酢 味噌 かつおだしパック	乳製品	638	778
15	火	幼稚園	雑穀ごはん しそ入りぎょうざ ナムル 中華スープ	牛乳	牛乳 豆腐	しそ入りぎょうざ	こまつな はくさい	にんじん しょうが	もやし だいこん	だいこん	雑穀ごはん ごま油	白炒りごま	濃口醤油 中華だし 食塩 こしょう	くだもの	554	664
16	水		★にしごう マクロビ！ウエズデー！★ 麦ごはん 玉ねぎのみそ汁 カツオカツ もやしの和え物	牛乳	牛乳 油揚げ	カツオカツ	はくさい たまねぎ	もやし いんげん	こまつな にんじん	にんじん	麦ごはん じゃがいも	米油	薄口醤油 味噌 かつおだし	海藻	583	754
17	木		★米小希望献立★ ごはん 鶏肉の照り焼き 学給だいふく(バナナ) カレービーフン	豚汁 牛乳	牛乳 豚肉	鶏肉 豆腐	キャベツ ごぼう	にんじん ねぎ	チンゲンサイ こんにゃく	だいこん	ごはん ビーフン さといも	米油 ごま油 学給だいふく	濃口醤油 清酒 みりん 食塩 味噌 純カレー 中華だし こしょう かつおだしパック	小魚	652	761
18	金	西二中	コッペパン 焼き栗コロッキ・パックスソース ほうれん草のごまマヨサラダ 豆乳スープ	牛乳	牛乳 豆乳	ツナ	しらたき キャベツ	にんじん はくさい	ごぼう たまねぎ	ほうれん草	コッペパン 米油 ノンエッグマヨ ベジマメルルー	焼き栗コロッキ 白すりごま じゃがいも こしょう	パックスソース 薄口醤油 こしょう 食塩	きのこ	677	862
24	木		★お月見献立★ ごはん やさしい肉だんご チーズ和え(チーズ・炒り卵入り和え物)	いもち汁 牛乳	牛乳 チーズ 鶏肉	野菜肉だんご 炒り玉子	キャベツ だいこん	ごぼう ごぼう	もやし にんじん	にんじん	ごはん ごま油 お月見ゼリー	三温糖 いもち	濃口醤油 薄口醤油 昆布だし 清酒 食塩 かつおだしパック	まめ	667	796
25	金	川谷小	にこにこパン 県産ももジャム オムレツ コーンサラダ コンソメスープ	牛乳	牛乳 チキンハム	オムレツ	とうもろこし にんじん	キャベツ	ごぼう ごぼう	たまねぎ	にこにこパン		フレンチドレッシング コンソメ 食塩 こしょう	いも	553	706
28	月	幼稚園	チキンカレーライス フレンチサラダ	牛乳	牛乳 ソフトチキン水煮	鶏肉	にんにく キャベツ	しょうが ごぼう	たまねぎ こんにゃく	にんじん	麦ごはん じゃがいも 三温糖	米油 カレールー	チキン 中濃ソース 赤ワイン 穀物酢 食塩 こしょう	海藻	704	859
29	火	幼稚園	雑穀ごはん 豚肉のピリ辛焼き 塩昆布和え わかめのみそ汁	牛乳	牛乳 塩昆布 わかめ	豚肉 豆腐	にんにく ごぼう	しょうが にんじん	キャベツ しょうが	だいこん ねぎ	雑穀ごはん じゃがいも	ごま油	豆板醤 濃口醤油 みりん 清酒 味噌 だしパック	くだもの	590	723
30	水		★収穫祭★ ごはん さんまの蒲焼き おひたし	牛乳	牛乳 油揚げ	さんま わかめ	キャベツ だいこん	もやし ねぎ	こまつな にんじん	にんじん	ごはん じゃがいも	米油 三温糖	濃口醤油 清酒 味噌 薄口醤油 かつおだしパック	小魚	711	880

※ じゃがいも、ねぎ など…太字で表記している食材は、地場産物の食材です。

※ 都合により、献立や食材が変更になることがありますのでご了承ください。