



こんだて表

令和8年

豊島区

日	のみのもの	主食	おかず	あかのなかま 血や肉や骨・ 歯を作る食品	きいろのなかま 力のもとになる食品	みよのなかま 体の調子を整える食品
1日 始業式						
2水		マーボー丼	わかめじゃこサラダ ぶどう	牛乳、豚ひき肉、鶏ひき肉、 絹ごし豆腐、みそ、 テンメンジャン、八丁みそ、 わかめ、じゃこ	米、油、砂糖、かたくり粉、ごま油、ごま	にんにく、いねぎ、だいこん、 玉葱、ぶどう
3木		牛しぐれごはん	鮭の塩焼き 華風きゅうり じゃがいもと麴のみそ汁	牛乳、和牛、みそ、さけ、 糸かつお、さば節、白みそ、 乾燥わかめ	米、油、砂糖、ごま、ごま油、 じゃがいも、豆麴	しょうが、ごさやいんげい、 一味唐辛子、 えのきたけ
4金		ケチャップライス	豆腐ナゲット ジャーマンポテト ABCスープ	牛乳、ベーコン、ツナ、押し豆腐、 冷凍えだまめ、鶏肉、 ひよこまめ	米、油、 マヨネーズ(卵不使用)、 かたくり粉、じゃがいも、 ABCマカロニ	にんにく、にんじん、 ホールコー トマトピュー レ、キャベツ、 冷凍さやい
7月		さんまのかば焼き丼	パンバンジー風ささみゴマサラダ 2色ゼリー(もも・ぶどう)	牛乳、さんま、 鶏ささみフレーク	米、油、かたくり粉、砂糖、 ごま油、すりごま、練りごま、 パールアガー	もやし、にんじん、 キャベツ、にんじん、 ピーチジュ
8火		カレーうどん	ちくわ磯部あげ りんご	牛乳、豚肉、さば節、油揚げ、 焼き竹輪、あおのり	冷凍うどん、油、かたくり粉、 薄力粉	玉葱、にんじん、 はくさい、花
9水		栗ごはん 絵本献立 「14ひきのあきまつり」	牛肉じゃが 菊花の浅づけ 梨	牛乳、和牛、高野豆腐、 塩昆布	じゃがいも、米、もち米、栗、 黒ごま、油、砂糖	にんじん、玉 冷凍さやい ごまつな、栗
10木		ごはん	コロッケ 野菜ときのこのおかかあえ かぼちゃのみそ汁	牛乳、豚ひき肉、糸かつお、 木綿豆腐、油揚げ、さば節、 白みそ、みそ	米、油、じゃがいも、 ポテトパウダー、薄力粉、 パン粉(生・乾燥)	にんじん、玉 ごまつな、 だいこん、か
11金		77周年お祝いちらし	紅白汁 つぶつぶみかんゼリー	9月9日は「重陽の節句」です 「菊の節句」ともいわれ、菊の花や栗ご飯を食べる習慣があります 9月13日は「開校記念日」です ちらしと汁にそれぞれ 7種の具材を使います	米、砂糖、ごま、紅白玉生麴、 クールゼリーの素	ホールコ だい
14月		メープルフレンチトースト	サーモンチャウダー 花野菜サラダ	牛乳、たまご、 ベーコン、 さけ、 生クリーム	食パン、メープルシロップ、 有塩バター、砂糖、粉糖、 油、じゃがいも、米粉	にんじん、玉 マッシュル パブリカ、カ ブロッコリ
15火		あきた米 ごはん	いかのねぎ塩焼き けんちん汁 大学芋	牛乳、いか、鶏肉、木綿豆腐、 油揚げ、さば節	米、砂糖、ごま油、さといも、 さつまいも、油、水あめ、 黒ごま	しょうが、に ごんにゃく、 ねぎ、しめ
16水		ごはん	あげじゃがいもの酢豚 ワンタンスープ 梨	牛乳、豚肉	米、じゃがいも、かたくり粉、 油、砂糖、乾燥ワンタン、 ごま油	しょうが、に ピーマン、 はくさい、花 梨
17木		大根おろしスパゲッティ	コールスローサラダ チーズケーキ	牛乳、ツナ、クリームチーズ、 たまご、生クリーム	スパゲッティ、 豆乳クリームバター、油、 砂糖、薄力粉	にんにく、し キャベツ、き ホールコー レモン果汁
18金		ごはん	鱈の香味焼き マーボー野菜 ぶどう(マスカット予定)	牛乳、さくら、豚ひき肉、 みそ、テンメンジャン、八丁みそ	米、砂糖、ごま油、油、 かたくり粉	こねぎ、しよ にんじん、な マスカット
21日 敬老の日・22日休日・23日秋分の日						
24木		キーマカレー ターメリックライスとナン	じゃがいものハニーサラダ りんご	牛乳、豚ひき肉、レンズまめ、 豆乳	米、ナン、油、米粉、 オリーブ油、じゃがいも、はち みつ	パセリ、にん ダイストマト キャベツ、リ
25金		ごはん 十五夜	鶏のからあげ 野菜のおかかこんぶあえ お月見だんご(あずき・きなこ・くり)	牛乳、鶏肉、塩昆布、かつお節、 ゆであずき、きな粉	米、油、砂糖、かたくり粉、 冷凍白玉、くり甘露煮	にんにく、し きゅうり
28			マカロニグラタン	牛乳、豚ひき肉、鶏肉、 マヨネーズ	米、豆乳クリームバター、油、	にんにく、し