

平成30年9月 大分工業高校定時制献立

日	曜	献立名	食材	エネルギー Kcal	蛋白 g
3	月	ごはん ミートボールの甘酢煮 タイビーエン ピリ辛きゅうり	米・麦 ミートボール・玉ねぎ・赤ピーマン・青ピーマン 豚肉・人参・玉ねぎ・干しいたけ・もやし・イカ・エビ・たけのこ・蒲鉾・春雨・テンゲン菜・うずらの卵 きゅうり・人参	938	35.5
4	火	切干鶏丼 ほうれん草のごまドレ のっぺい汁	米・麦・鶏肉・玉ねぎ・切干大根・糸こんにゃく・大葉 ほうれん草・キャベツ・人参 豆腐・蒟蒻・里芋・人参・ごぼう・ねぎ	765	30.2
野菜たっぷり給食					
5	水	麦ごはん 南瓜のカレー グリーンサラダ 福神漬け 冷凍みかん	米・麦 鶏肉・玉ねぎ・人参・南瓜 インゲン・キャベツ・きゅうり・コーン 福神漬け 冷凍みかん	839	25.2
6	木	ごはん あじフライ 切昆布の炒め物 水餃子	米・麦 あじフライ 豚肉・人参・干しいたけ・刻み昆布 人参・小松菜・玉ねぎ・しめじ・餃子	796	34.1
7	金	ごはん 鶏もも肉の彩りピカタ 白花豆のポターージュ ツナのレモン和え	米・麦 鶏肉・人参・ピーマン・赤ピーマン 玉ねぎ・じゃがいも ツナ・キャベツ・にんじん・ごぼう	868	38
10	月	ご飯 麻婆なす きゅうりとわかめの酢の物 野菜スープ	米・麦 合挽きミンチ・人参・玉ねぎ・干しいたけ・にら・茄子 きゅうり・わかめ・大葉 テンゲン菜・わかめ・干しいたけ・玉ねぎ・人参	756	26.5
11	火	ごはん ハンバーグデミソス こぶき芋 コンソープ	米・麦 ハンバーグ じゃがいも・青のり ベーコン・玉ねぎ・人参・じゃが芋・しめじ・グリーンピース	921	31.6
12	水	ごはん 鶏肉とナッツの炒め物 プチマリンサラダ 枝豆とじゃこボールのスープ	米・麦 鶏肉・ジャガイモ・ピーマン・カシューナッツ・人参・玉ねぎ プチマリン・キャベツ・人参・コーン 枝豆とじゃこボール・人参・小松菜・白葱・しめじ	849	29
13	木	ごはん 鮭のオーロラ焼き 茎わかめの炒め煮 かきたま汁	米・麦 鮭 鶏肉・茎わかめ・人参・いんげん 人参・干しいたけ・豆腐・玉ねぎ・卵	806	31.4
14	金	ご飯 チキン南蛮 ゆで野菜 じゃが芋のみそ汁	米・麦 鶏肉 キャベツ・きゅうり・人参 玉ねぎ・じゃがいも・油揚げ・人参・ねぎ	913	34.5
18	火	麦ごはん ハヤシライス カリカリサラダ ムース	米・麦 牛肉・玉ねぎ・人参・しめじ・グリーンピース インゲン・キャベツ・ムキ枝豆・コーン・ちりめん 冷凍ムース	819	40.1
うま塩給食					
19	水	ごはん うま塩ケチャマヨプー ほうれん草のカボスとえ 椎茸のみそ汁	米・麦 豚肉・にら ほうれん草 油揚げ・木綿豆腐・わかめ・葱・生しいたけ・人参	775	34.3
20	木	豚ごぼう卵とじ丼 もやしの酢の物 とうふ汁	米・麦・豚肉・ごぼう・卵・葱 きゅうり・もやし 木綿豆腐・油揚げ・干しいたけ・かまぼこ・葱・人参	923	30.9
21	金	ごはん さんまのみぞれ煮 ゴーヤチャンプルー つみれ汁 お月見デザート	米・麦 さんまのみぞれ煮 豚肉・焼き豆腐・にがうり・卵 白身魚と野菜の団子・白葱・わかめ・もやし・えのき みたらし団子	920	39.7
25	火	フィッシュバーガー フライドポテト かぼちゃスープ フルーツジュレ	バーガーパン・フィッシュポーション・キャベツ フライドポテト 人参・南瓜・玉ねぎ・しめじ みかん缶・もも缶・パイン缶・アセロラジュレ	866	28.5
26	水	ごはん(少なめ) ラーメン 高菜炒め キャベツ入り平つくね	米・麦 豚肉・中華麺・もやし・コーン・キャベツ・人参・にら たかな漬け キャベツ入り平つくね	882	33.1
27	木	ご飯 さといもコロケ 高野豆腐の八目煮 たこのカルパッチョ	米・麦 さといもコロケ 鶏肉・高野豆腐・うずらの卵・にんじん・玉ねぎ・ごぼう・しいたけ・むき枝豆 たこ・きゅうり・玉ねぎ	925	40.3
県産魚の日					
28	金	ごはん 県産さばの味噌煮 野菜炒め にゅうめん	米・麦 県産さば・生姜・白葱 人参・もやし・しめじ・キャベツ 冷凍・かまぼこ・にんじん・えのき・ほうれん草	722	29

※食材の都合により、献立が変更になる場合があります。

十五夜

(お月見、名月、中秋の名月とも呼ばれる)



お月見の風習は、中国の唐時代の観月宴「中秋節」に由来し、日本には平安時代に伝わったとされている。十五夜とは、旧暦の8月15日の夜の事。「中秋の名月」の名前も旧暦に由来します。

お月見の団子…これからの収穫を祈り、米の団子を添えたのが由来
ススキをお供えする…稲穂のかわりと言われていました

十五夜は、秋の収穫に感謝する祭りとしても庶民に広まりました。

ススキは魔除けになるとされ、備えたススキを家の軒に吊るしておくで1年間病気をしないといわれていました。