



# 令和5年9月 学校給食献立表 (9月4日～)

## 中学校

吉野ヶ里町教育委員会

日	献立名	牛乳	あかのなかま 赤の仲間 ちやにくになる 血や肉になる	きのなかま 黄の仲間 ねつやちからのもとなる 熱や力の元になる	みどりのなかま 緑の仲間 からだのちやしをととのえる 体の調子を整える	ちょうみりょう 調味料	エネルギー kcal
4月	ごはん	○		米			782
	春巻き			あぶら	春巻き		
	チャプチェ		ぶた肉	はるさめ, ごま油, さとう, ごま	たまねぎ, ピーマン, もやし	しょうゆ, トウバンジャン	
	ワカメのナムル		わかめ	ごま油, ごま	エリンギ, にんじん, ほうれんそう	ガラスープ, しょうゆ	
5火	ごはん	○		米			854
	佐賀県産の鶏からあげ		有明とりにく	かたくり粉, あぶら	しょうが	塩こうじ	
	コーン卵スープ		卵	かたくり粉	コーン, グリーンコーン, たまねぎ, きくらげ	ガラスープ	
	切干大根煮		ちくわ, だいず	こんにやく, さとう	ぎりぼしだいこん, にんじん	しょうゆ, だし	
	有明味付け海苔		のり				
6水	ごはん	○		米			785
	さば和風カレー煮		さばの和風カレー煮				
	豆腐のコンソメスープ		豆腐		たまねぎ, にんじん, えのきたけ, こまつな	コンソメ, しょうゆ, しお	
	かぼちゃのサラダ		ハム	マヨネーズ	かぼちゃ, にんじん, きゅうり		
7木	ごはん	○		米			799
	ちくわの磯辺揚げ		ちくわ, あおのり	てんぷら粉, あぶら			
	根菜と厚揚げのそぼろ煮		ひき肉, 厚揚げ	さといも, さとう, かたくり粉	だいこん, にんじん, ごぼう, 枝豆	だし, しょうゆ	
	野菜の浸し			さとう	ほうれんそう, キャベツ, にんじん, しめじ	しょうゆ	
8金	ごはん	○		米			795
	肉団子のトマトソース		肉だんご	あぶら	たまねぎ	ケチャップ, ソース	
	味噌チゲ		ぶた肉, とうふ, だいず, みそ, 煮干し		たまねぎ, にんじん, もやし, こまつな		
	きゅうりと大根の酢物			さとう	きゅうり, だいこん, にんじん	す, しお	
11月	ごはん	○		米			844
	イワシカリカリ揚げ		いわしカリカリあげ	あぶら			
	なすと厚揚げ煮		ぶた肉, 厚揚げ, みそ	こんにやく, あぶら, さとう, かたくり粉	なす, にんじん, たまねぎ, いんげん, しょうが	しょうゆ	
	チキンサラダ		とりにく	マヨネーズ	ブロッコリー, れんこん, にんじん, キャベツ		
カットフルーツ				洋梨			
12火	わかめごはん	○	わかめごはんの素	米			781
	チキン香草焼き		とり肉	パン粉		香草焼きの素	
	けんちん汁		とうふ, 煮干し	さといも	たまねぎ, だいこん, にんじん, ねぎ	しお, しょうゆ	
	きんぴらごぼう		くきわかめ	こんにやく, さとう, ごま, あぶら	ごぼう, にんじん, いんげん	しょうゆ	
15金	ごはん	○		米			877
	鶏のカレーパン粉焼き		とり肉	マヨネーズ, パン粉		カレー粉, ケチャップ, しお	
	高野豆腐とちぎりあげ煮		こうや豆腐, いかと野菜のちぎり	あぶら, さとう	にんじん, れんこん, いんげん, だいこん	しょうゆ, だし	
	オクラ和風サラダ		かまぼこ, かつお節	和風ドレッシング	オクラ, きゅうり		
	チーズ		チーズ				
19火	ごはん	○		米			801
	ぶりの竜田あげ		ぶり	かたくり粉, あぶら	しょうが	塩こうじ	
	トマトスープ		ウィンナー, ひよこ豆	マカロニ	キャベツ, にんじん, たまねぎ, スッキーニ, トマトピューレ, トマト, にんにく	しお, コンソメ	
	れんこんサラダ		ちくわ	マヨネーズ, ごま	れんこん, にんじん, きゅうり		