



令和 6 年 7月8月 学校給食献立表

中学校

吉野ヶ里町教育委員会

日	こんだて めい 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になる 熱や力の元になる	みどりのなかま 緑の仲間 からだのちょうしをととのえる 体の調子を整える	ちょうみりょう 調味料	エネルギー kcal
1月	ごはん	○		米			789
	鶏のフレーク焼き		鶏ささみ	マヨネーズ, コーンフレーク			
	ミネストローネ		ウィンナー, 大豆	じゃがいも, マカロニ	にんじん, たまねぎ, トマトソース, トマトピューレ	にんにく, しお, コンソメ	
	焼なす浸し		ちくわ, かつお節	さとう	なす, ビーマン	しょうゆ	
2火	ごはん	○		米			776
	さばカレー煮		さばのカレー煮				
	肉じゃが		牛肉	じゃがいも, こんにゃく, さとう	にんじん, たまねぎ, たけのこ, いんげん	だし, しょうゆ	
	きゃべつの甘酢和え			さとう	キャベツ, きゅうり, れんこん	す, しお	
3水	ごはん	○		米			824
	春巻き			あぶら	春巻き		
	麻婆豆腐 (マーボーとうふ)		豆腐, 合びき肉, みそ	あぶら, さとう	にんじん, たまねぎ, にんにく	ガラスープ, しょうゆ, トウバンジャン	
	ナムル		くきわかめ	ごま, ごま油	もやし, ぜんまい, にんじん	ガラスープ, しお	
	チーズ		チーズ				
4木	ごはん	○		米			775
	チキンなんばん漬け		とり肉	かたくり粉, あぶら, さとう	たまねぎ, にんじん, しめじ	しお, す	
	春雨中華スープ		卵	はるさめ, ごま油, かたくり粉	チンゲンサイ, きくらげ	ガラスープ, しょうゆ	
	厚揚げとれんこんのカレー炒め		ベーコン, 厚あげ		れんこん	塩こしょう, カレー粉	
5金	コーンごはん	○		米	コーン, たまねぎ, 枝豆	コンソメ, しお	764
	ハンバーグ★ソース		ハンバーグ		たまねぎ, 人参	デミグラスソース	
	わかめスープ		わかめ, とうふ	ごま	にんじん, ねぎ, えのきたけ	ガラスープ, しょうゆ, しお	
	短冊サラダ			コールスロードレッシング	だいこん, にんじん, きゅうり		
	プリン			プリン			
8月	ごはん	○		米			849
	さばの照り焼き		さば			塩こうじ	
	肉団子と厚揚げ甘酢煮		ミートボール, 厚あげ	あぶら, さつまいも, さとう, かたくり粉	たまねぎ, にんじん, たけのこ, 枝豆	ガラスープ, しょうゆ, す	
	小松菜ソテー		ベーコン		こまつな, コーン, もやし, にんじん	しお, ガラスープ	
9火	ごはん	○		米			838
	鶏のレモンペッパー焼き		とり肉	レモンペッパーオイル			
	大根ポトフ		ウィンナー, 大豆	じゃがいも	だいこん, にんじん, たまねぎ, れんこん, いんげん	コンソメ, しお, しょうゆ	
	高野豆腐のごま酢和え		こうや豆腐, ちくわ	さとう, ごま	きゅうり, はくさい	す, しょうゆ	
	コーン				とうもろこし		
10水	ごはん	○		米			846
	きゃべつメンチカツ		キャベツメンチカツ	あぶら			
	いり豆腐		豆腐, 卵, ふた肉, 煮干し	さとう	にんじん, しいたけ, たまねぎ, こまつな, キャベツ, しょうが	しょうゆ, みりん, だし	
	野菜ポテトサラダ			じゃがいもマヨネーズ	たまねぎ, きゅうり, にんじん, コーン		
11木	ごはん	○		米			859
	ジャージャー丼		合びき肉, みそ	さとう, かたくり粉	たけのこ, たまねぎ, にんじん	しょうゆ, さけ, ガラスープ	
	天津かにかま揚げ		かにかま天ぷら	あぶら, さとう		だし, しょうゆ	
	わかめの和風和え		わかめ, ハム	和風ドレッシング	きゅうり, にんじん		
12金	わかめごはん	○	わかめごはんの素	米			818
	豚の生姜焼き		ふた肉			生姜焼きたれ	
	つみれ汁		いわしつみれ, 油あげ, 煮干し, みそ	こんにゃく	ごぼう, 人参, だいこん, ねぎ		
	マカロニサラダ		ハム, 卵	マカロニ, マヨネーズ	きゅうり, コーン		
16火	ごはん	○		米			787
	魚フライ		魚	あぶら, てんぷら粉, パン粉		塩	
	ビーフカレー		牛肉	じゃがいも	たまねぎ, 人参, れんこん, トマトピューレ	カレールウ	
	野菜のしりしりサラダ		ちくわ	和風ドレッシング	だいこん, きゅうり, にんじん, はくさい		