

令和 7年 1月 学校給食献立表（1月9日～）
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 からだのちようしきととのえる 体の調子を整える	ちようみりよう 調味料	エネルギー kcal
9 木	皿うどん	○	ぶた肉	麵, さとう, ごま油, かたくり粉	はくさい, たまねぎ, 人参, もやし, たけのこ, きくらげ	ガラスープ, しょうゆ	768
	しゅうまい		しゅうまい				
	春雨サラダ		ハム	春雨, コールスロードレッシング	コーン, きゅうり		
	ヨーグルト		ヨーグルト				
10 金	ごはん	○		米			831
	ぶりの甘酢かけ		ぶり	かたくり粉, あぶら, さとう		しお, す, しょうゆ	
	ポトフ		ウィンナー	じゃがいも	人参, たまねぎ, だいこん, しめじ, れんこん	コンソメ, しょうゆ, しお	
	小松菜のお浸し		油あげ	さとう	こまつな, もやし, 人参	だし, しょうゆ	
14 火	ごはん	○		米			847
	豚カツ		豚ひれ肉	てんぷら粉, パン粉, あぶら		しお	
	里芋のそぼろ煮		鶏ひき肉, 厚あげ	さといも, こんにやく, さとう, かたくり粉	たまねぎ, にんじん, 枝豆	だし, しょうゆ	
	お魚ハムサラダ		魚肉ソーセージ	マヨネーズ	ブロッコリー, キャベツ, カリフラワー		
15 水	そぼろごはん	○	とり肉, 卵	米, さとう	しょうが	しょうゆ, だし	813
	焼き餃子		ぎょうざ				
	つみれ汁		みそ	いわしつみれ, こんにやく	ごぼう, 人参, だいこん, しめじ, チンゲンサイ	だし	
	野菜ソテー		ウィンナー		こまつな, キャベツ, コーン	塩こしょう	
16 木	ごはん	○		米			834
	ポークチャップ		ぶた肉		にんにく, たまねぎ, トマトソース	しお, ケチャップ, コンソメ	
	かぼちゃマカロニクリーム煮		大豆, 牛乳, スキムミルク	マカロニ	かぼちゃ, たまねぎ, にんじん, コーン, ブロッコリー	シチューの素, コンソメ	
	切干大根煮		油あげ	こんにやく, さとう	きりぼしだいこん, 人参, きくらげ	だし, しょうゆ	
17 金	ごはん	○		米			852
	あげチヂミ			チヂミ, あぶら			
	カレー		牛肉	じゃがいも	たまねぎ, にんじん, れんこん, トマトピューレ	カレールウ, コンソメ	
	卵サラダ		卵	マヨネーズ	キャベツ, 人参, コーン		
	さがみかん				みかん		
20 月	ごはん	○		米			797
	さばの照り焼き		さば			塩こうじ	
	豚汁		ぶた肉, 厚あげ, 煮干し, みそ	さといも, こんにやく	だいこん, 人参, ごぼう, ねぎ		
	れんこん昆布煮		こんぶ, 油あげ	こんにやく, さとう	れんこん, 人参	しょうゆ, だし	
21 火	ごはん	○		米			788
	イカフライ		イカフライ	あぶら			
	ミートペンネ		合びき肉	マカロニ	たまねぎ, にんじん, マッシュルーム, トマトソース, にんにく	ケチャップ, コンソメ	
	春雨の酢物		卵	はるさめ, さとう	きゅうり, 人参, きくらげ	す, しお	
22 水	国産牛焼肉弁当	○	国産牛肉	米, ごま		焼肉のたれ	796
	コーン卵スープ		卵	かたくり粉	たまねぎ, にんじん, コーン, クリーム	ガラスープ, しお	
	干しのりの野菜和え		のり	ごま油	コーン, きくらげ	ガラスープ, しお	
	ヨーグルト		ヨーグルト		ブロッコリー, ほうれんそう, 人参		
23 木	ごはん	○		米			782
	鶏のバジルソース焼		とり肉			バジルソース	
	ちゃんぽんスープ		ぶた肉, てんぷら, 牛乳		たまねぎ, 人参, キャベツ, きくらげ, チンゲンサイ, コーン	ガラスープ, ちゃんぽんスープ	
	いんげんごま煮			こんにやく, さとう, ごま	いんげん, 人参	しょうゆ	
	チーズ		チーズ				