

令和 7 年 7・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
1 火	ごはん	○		米			832
	豚肉のしょうが焼き		ぶた肉			しょうが焼きのたれ	
	野菜ビーフン炒め		天ぷら、卵	ビーフン、さとう、あぶら、ごま油	キャベツ、チンゲンサイ、たまねぎ、人参、ゴーヤ	ガラスープ、しょうゆ	
	ツナ茄子		ツナ	和風ドレッシング	なす、ピーマン		
	りんごゼリー			りんごゼリー			
2 水	ごはん	○		米			852
	あげぎょうざ		ぎょうざ	てんぷら粉、あぶら			
	麻婆豆腐（マーボーとうふ）		とうふ、合びき肉、みそ	あぶら、さとう、かたくり粉	たけのこ、人参、たまねぎ、しょうが、にんにく	トウバンジャン、しょうゆ、ガラスープ	
	もやしコーン和え物				もやし、コーン	ガラスープ、しお	
3 木	ごはん	○		米			801
	真鯛レモンカツ		真鯛カツ	あぶら			
	肉じゃが		ぶた肉、厚あげ	じゃがいも、こんにやく、さとう	人参、たまねぎ、たけのこ	だし、しょうゆ	
	わかめときゅうりの酢の物		わかめ、卵	さとう	きゅうり、きくらげ	す、しお	
4 金	ごはん	○		米			775
	焼き鶏		とり肉		たまねぎ	たれ	
	夏野菜ラタトゥイユ		ベーコン、だいず		なす、ズッキーニ、たまねぎ、かぼちゃ、トマトソース、にんにく	ケチャップ、しお	
	スパゲティサラダ		ハム	スパゲティ、マヨネーズ	キャベツ、たまねぎ		
7 月	ごはん	○		米			796
	セタハンバーグ		ハンバーグ		たまねぎ、人参、コーン	デミグラスソース	
	わかめスープ		わかめ、とうふ	ごま油	人参、たまねぎ	ガラスープ、しょうゆ、しお	
	蒸し鶏サラダ		鶏肉、ひじき	ごまドレッシング	ほうれんそう、人参、キャベツ		
	ヨーグルトソフール		ヨーグルトソフール				
8 火	ごはん	○		米			782
	アジフライ		あじ	てんぷら粉、パン粉、あぶら		しお	
	コーン卵スープ		卵	かたくり粉	たまねぎ、人参、クリームコーン、ごまっ	ガラスープ、しお	
	高野豆腐のごま酢和え		高野豆腐、卵	さとう、ごま	な、きくらげ、はくさい	す、しょうゆ	
9 水	ごはん	○		米			781
	鶏肉のレモンベッパースタ		とり肉	レモンベッパースタイル			
	トマトスープ		ウィンナー、だいず	マカロニ	キャベツ、たまねぎ、人参、トマトピューレ、トマトソース	コンソメ、しお	
	おくらといんげんのかか煮		かつお節	こんにやく、さとう	いんげん、オクラ、人参	だし、しょうゆ	
10 木	ごはん	○		米			794
	メンチカツ		メンチカツ	あぶら			
	厚揚げの味噌汁		厚揚げ、煮干し、みそ	こんにやく	たまねぎ、人参、ごぼう		
	肉野菜炒め		合びき肉		もやし、キャベツ、人参	焼肉のたれ	
11 金	ナン	○		ナン			854
	ウィンナー		ウィンナー				
	キーマカレー		合びき肉		たまねぎ、人参、れんこん、トマトピューレ	カレーパウダー、コンソメ	
	ツナサラダ		ツナ	マヨネーズ	キャベツ、人参、ブロッコリー		
14 月	ごはん	○		米			874
	佐賀県産の鶏からあげ		有明とり肉	かたくり粉、あぶら	しょうが	塩こうじ	
	炒り豆腐		とうふ、卵、ぶた肉、煮干し	さとう	人参、キャベツ、たまねぎ、しょうが	しょうゆ、みりん、だし	
	なすのピリ辛炒め				なす、ピーマン、人参	トウバンジャン、たれ	