

令和 7年 9月 学校給食献立表 (9月1日~10日3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 からだのちようしをとのえる 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 月	ごはん	○		米			770
	トウモロコシとアスパラあげ		トウモロコシとアスパラあげ	あぶら			
	肉豆腐		牛肉、とうふ	こんにやく、さとう	たまねぎ、はくさい、にんじん、いんげん	だし、しょうゆ	
	かぼちゃのごま煮		だいず	さとう、ごま	かぼちゃ、たまねぎ	だし、しょうゆ	
	有明味付けのり		のり				
2 火	ごはん	○		米			821
	豚肉のしょうが焼		ぶたにく			しょうが焼きのたれ	
	トマトスープ		ベーコン、だいず	マカロニ	キャベツ、にんじん、たまねぎ、トマト ビュレ、にんにく	コンソメ、しお	
	ポテトサラダ			じゃがいも、マヨネーズ	きゅうり、ミックスベジタブル		
3 水	ごはん	○		米			810
	魚の天ぷら		白身魚	てんぷら粉、あぶら			
	ビーフン炒め		ちくわ、卵	ビーフン、さとう、あぶら、ごま油	キャベツ、きくらげ、たまねぎ、にんじん	ガラスープ、しょうゆ、しお	
	チキンサラダ		とり肉、ひじき	ごまドレッシング	キャベツ、もやし、にんじん		
4 木	ごはん	○		米			803
	鶏肉のレモン焼		とり肉	レモンペッパー焼きオイル			
	厚揚げ味噌汁		厚揚げ、にぼし、みそ	こんにやく	たまねぎ、にんじん、ごぼう、だいこん		
	なすのツナ和え		ツナ	和風ドレッシング	なす、ピーマン、にんじん		
5 金	ごはん	○		米			835
	チヂミ			チヂミ、あぶら			
	スタミナ焼き		とり肉、厚揚げ	こんにやく、ごま油、あぶら	たまねぎ、たけのこ、キャベツ、にんじん、 にんにく	やき肉のたれ	
	わかめのナムル		わかめ		きゅうり、もやし、にんじん	ガラスープ、しお	
	カットフルーツ 洋梨				洋梨		
8 月	ごはん	○		米			816
	エビフライ		えびフライ	あぶら			
	高野豆腐煮		こうや豆腐、卵	こんにやく、さとう	はくさい、たまねぎ、にんじん、枝豆	だし、しょうゆ、しお	
	なすのキーマカレー炒め		合びき肉		たまねぎ、なす、にんじん	カレー粉、コンソメ	
9 火	ごはん	○		米			780
	鶏肉のトマト煮		とり肉		たまねぎ、トマトビュレ、にんにく	しお、ケチャップ、コンソメ	
	豆腐のコンソメスープ		とうふ、わかめ		たまねぎ、にんじん、えのきたけ	コンソメ、しょうゆ、しお	
	かぼちゃのマセドリアンサラダ		だいず	ごまドレッシング	かぼちゃ、にんじん、きゅうり		
12 金	ごはん	○		米			789
	ハンバーグデミソースかけ		ハンバーグ		たまねぎ、しめじ	デミグラスソース	
	野菜卵スープ		ベーコン、たまご		たまねぎ、にんじん、はくさい、コーン	コンソメ、しお、しょうゆ	
	きゃべつパスタ		ソーセージ	スパゲティ	キャベツ、ほうれんそう	塩こしょう	
16 火	ごはん	○		米			816
	チキンナゲット		チキンナゲット	あぶら			
	かきたま汁		たまご、とうふ、にぼし	かたくり粉	たまねぎ、にんじん、えのきたけ、こまつ な、きくらげ	しお、しょうゆ	
	ごぼうきんぴら		油あげ、だいず、わかめ	こんにやく、さとう、ごま油	ごぼう、にんじん	だし、しょうゆ	
	チーズ		チーズ				
17 水	ごはん	○		米			738
	煮魚		さばのみぞれ煮				
	けんちん汁		とうふ、にぼし	さといも、こんにやく、かたくり粉	だいこん、にんじん、しめじ	しょうゆ、しお	
	肉野菜炒め		ぶたにく		もやし、キャベツ、にんじん	やき肉のたれ	