

令和 7 年 1 1 月 学校給食献立表（1 1 月6日～1 2 日2 日）

中学校

吉野ヶ里町教育委員会

日	献立名 <small>こんだて めい</small>	牛乳	赤の仲間 <small>あかのなかま ちやにくになる 血や肉になる</small>	黄の仲間 <small>きのなかま ねつやちからのもとになる 熱や力の元になる</small>	緑の仲間 <small>みどりのなかま からだのちようしきをとのえる 体の調子を整える</small>	調味料 <small>ちようみりよう</small>	エネルギー kcal
6 木	ごはん	○	ちよつびりピリ辛 韓国料理 とりにく	米			802
	ヤンニャムチキン			かたくり粉, あぶら		しお, チキンソース	
	味噌汁			さといも, こんにやく	ごぼう, にんじん, だいこん, ねぎ		
	さつまいもマゼドリアンサラダ			さつまいも, マヨネーズ	きゅうり, コーン		
7 金	ごはん	○		米			791
	しゅうまい		しゅうまい				
	肉じゃが		牛肉	じゃがいも, こんにやく, さとう	にんじん, たまねぎ, たけのこ, 枝豆	だし, しょうゆ	
	白菜昆布和え		塩こんぶ		はくさい, きゅうり, にんじん		
10 月	ごはん	○		米			833
	アジフライ		あじ	てんぷら粉, パン粉, あぶら		しお	
	キャベツ豆乳スープ		ウィンナー, ひよこ豆, 豆乳, 脱脂粉乳, かつお節		キャベツ, にんじん, コーン, たまねぎ, ブロッコリー	シチュールウ, コンソメ	
	れんこんかか和え			さとう	こまつな, にんじん, れんこん	だし, しょうゆ	
11 火	ごはん	○		米			789
	野菜コロッケ			あぶら	野菜コロッケ		
	肉団子中華スープ		肉団子	あぶら, はるさめ	にんじん, はくさい, たけのこ, ちんげん	ガラスープ, しょうゆ, しお	
	ごぼうひじき煮		ひじき, さつま揚げ	こんにやく, さとう	ごぼう, にんじん	だし, しょうゆ	
12 水	ごはん	○		米			842
	カレー		牛肉	じゃがいも, あぶら	たまねぎ, にんじん, れんこん, トマト	カレールウ, コンソメ	
	ウィンナー		ウィンナー		ピューレ		
	サラダ		ツナ	マヨネーズ	キャベツ, きゅうり, 枝豆, コーン		
13 木	大豆ミートスパゲティ	○	合びき肉, 大豆団子	スパゲティ, あぶら, さとう	たまねぎ, にんじん, トマトピューレ, にんにく	ケチャップ, コンソメ	870
	チキンリング		チキンリング	あぶら			
	ブロッコリー和え			ごま	ブロッコリー, キャベツ, にんじん, コーン	ガラスープ, しお	
14 金	ごはん	○		米			778
	にらまんじゅう		にらまんじゅう				
	おでん煮		ちくわ, さつま揚げ	こんにやく, さといも, さとう	だいこん, にんじん, ごぼう, れんこん	だし, しょうゆ	
	カリフラワーの卵炒め		卵	あぶら	カリフラワー, にんじん	塩こしょう	
18 火	かしわごはん	○	とり肉, 油あげ	米, さとう	にんじん, しょうが	しょうゆ, だし	800
	豚肉の西京焼		ぶたにく, みそ	さとう			
	かにかま卵スープ		たまご, かにかま		たまねぎ, にんじん, はくさい	ガラスープ, しょうゆ, しお	
	いも天ぷら			さつま芋, てんぷら粉, あぶら			
19 水	ごはん	○		米			805
	エビフライ		えびフライ	あぶら			
	さつま芋ポトフ		とり肉, だいず	さつまいも	たまねぎ, れんこん, にんじん	コンソメ, しお, しょうゆ	
	うの花炒め		おから	こんにやく, さとう	たまねぎ, にんじん, ごぼう, 枝豆	だし, しょうゆ	