

令和8年1月 学校給食献立表(1/9~2/4)



中学校

吉野ヶ里町教育委員会

日	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 ねつやちからものとになる 熱や力の元になる	みどりのなかま 緑の仲間 からだのちからをととのえる 体の調子を整える	ちょうみりょう 調味料	エネルギー kcal
9 金	ごはん	○		米			879
	和風ハンバーグ		ハンバーグ	さとう	だいこん	しょうゆ, だし	
	さつまいもポトフ		ワインマー, だいず	さつまいも, マヨネーズ	たまねぎ, れんこん, にんじん	コンソメ, しお, しょうゆ	
	小松菜のおひたし		うすあけ, かつお節	さとう	こまつな, もやし, にんじん	だし, しょうゆ	
	さがみかん				さがみかん		
13 火	ごはん	○		米			802
	さばのパジルソース焼		さば			パジルソース	
	かぼちゃと厚揚げのそぼろ煮		厚あげ,とり肉	こんにゃく, さとう, かたくり粉	かぼちゃ, たまねぎ, にんじん, たけのこ, 枝豆	だし, しょうゆ	
	はるさめサラダ		卵	はるさめ, ごまドレッシング	きゅうり, にんじん		
14 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	790
	いわしつみれ汁		みそ	いわしつみれ, こんにゃく	ごぼう, にんじん, だいこん, ちんげんさい	だし	
	蒸ししゅうまい		しゅうまい				
	玉ねぎソースサラダ		とり肉	たまねぎドレッシング	プロッコリー, カリフラワー, にんじん		
15 木	ごはん	○		米			762
	ソースチキンカツ		チキンカツ	さとう		ソース, ケチャップ, しょうゆ, ガラスープ	
	けんちん汁		とうふ, 煮干し	さといも, こんにゃく, かたくり粉	だいこん, にんじん, ごぼう	しょうゆ	
	さつまいもサラダ		ハム	さつまいも, マヨネーズ	きゅうり, コーン		
16 金	国産牛焼肉弁当	受験生応援給食	国産牛肉	米, ごま	たまねぎ	やき肉のたれ	780
	コーン卵スープ		卵	かたくり粉	たまねぎ, にんじん, コーン, きくらげ	ガラスープ, しお	
	野菜のりいわし		のり	ごま油	はくさい, ほうれんそう, にんじん	ガラスープ, しお	
	りんご				りんご		
	1/19(月)~23(金)の★は三田川小学校のリクエスト給食です 一週間楽しみですね♥						
19 月	ごはん	○		米			857
	チキンバー		フライドチキン	あぶら			
	★カレー		ぎゅうにく	じゃがいも, あぶら	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	
	★野菜サラダ			コールスロードレッシング	プロッコリー, キャベツ, にんじん, コー ン		
20 火	ごはん	○		米			794
	★エビフライ		えびフライ	あぶら			
	ミートペンネ		合ひき肉	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	ケチャップ, にんにく, コンソメ	
	白菜ゆかり和え				はくさい, きゅうり, にんじん, ゆかり		
21 水	★わかめごはん 焼ききぎょうざ	○	わかめ ぎょうざ	米			785
	★卵スープ		卵, とうふ	かたくり粉	たまねぎ, にんじん, ほうれんそう, えの きたけ	だし, しょうゆ, しお	
	★野菜ポテトサラダ		ハム	じゃがいも, マヨネーズ	きゅうり, にんじん, たまねぎ		
	ごはん			米			
22 木	ポークチャップ	○	ぶたにく		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	817
	白菜とはるさめ煮		肉団子, 厚あげ	あぶら, はるさめ, さとう, かたくり 粉	はくさい, にんじん, ちんげんさい	ガラスープ, しょうゆ	
	ワカメサラダ		わかめ, とり肉	和風玉葱ドレッシング	きゅうり, キャベツ		
	ごはん			米			
23 金	★佐賀県産のとりからあげ	○	有明とり肉	かたくり粉, あぶら	しょうが	塩こうじ	878
	味噌汁		とうふ, 油あげ, 煮干し, みそ	さといも, こんにゃく	だいこん, にんじん, ちんげんさい		
	★きんぴら炒め		ちくわ, くきワカメ	さとう, ごま	ごぼう, にんじん, たけのこ	だし, しょうゆ	
	★さがみかん				さがみかん		