

令和 8 年 3 月 学校給食献立表 (3/4~)

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</small> 赤の仲間 <small>あかになくなる</small> 血や肉になる	黄の仲間 <small>きのなかま</small> 黄の仲間 <small>ねつやちからのもとになる</small> 熱や力の元になる	緑の仲間 <small>みどりのなかま</small> 緑の仲間 <small>からだのちよよしきととのえる</small> 体の調子を整える	調味料 <small>ちようみりよう</small>	エネルギー kcal
4 水	ごはん	○		米			758
	和風ハンバーグ		ハンバーグ	砂糖、かたくり粉	えのきたけ	しょうゆ	
	味噌汁		とうふ、油あげ、煮ぼし、みそ	こんにゃく、さといも	人参、大根		
	かぼちゃのごま煮		大豆	砂糖、ごま	かぼちゃ、人参	だし、しょうゆ	
5 木	豚丼	○	ぶた肉	米	玉ねぎ、しょうが	やき肉のたれ	782
	わかめ卵スープ		わかめ、豆腐、たまご	ごま、ごま油	玉ねぎ、人参、ちんげんさい	ガラスープ、しお	
	ハッピーポテト			じゃがいも、油			
	りんご(東中3年ケーキ)				りんご		
6 金	卒業式						
9 月	大豆団子ミートスパゲティ	○	合びき肉、大豆団子	スパゲティ、油、砂糖	玉ねぎ、人参、トマトピューレ、トマトソース、にんにく	ケチャップ、コンソメ	833
	チキンリング		チキンリング	油			
	ほうれん草の菜種ソテー		卵		ほうれん草、人参、キャベツ	ガラスープ、しお	
10 火	ごはん	○		米			753
	魚のバジルソース焼		白身魚			バジルソース	
	肉じゃが		ぶた肉	じゃがいも、砂糖	玉ねぎ、人参、たけのこ、枝豆	だし、しょうゆ	
	野菜のさっぱり和え			砂糖	白菜、きゅうり、人参、れんこん	す、だし、しょうゆ	
	豆乳プリン		豆乳プリン				
11 水	かしわごはん	○	とり肉	米、砂糖	ごぼう、人参	しょうゆ、だし	770
	野菜コロッケ			油	野菜コロッケ		
	春雨中華スープ		たまご	はるさめ、ごま油	玉ねぎ、人参、ちんげんさい、きくらげ	ガラスープ、しょうゆ、しお	
	ごぼうサラダ		とり肉	マヨネーズ	ごぼう、人参、きゅうり		
12 木	ごはん	○		米			767
	あげチヂミ			チヂミ、油			
	チゲ鍋		ぶた肉、豆腐、みそ	こんにゃく	白菜、人参、大根	だし、キムチの素	
	韓国風のり和え		とり肉、のり	和風玉ねぎドレッシング	キャベツ、しめじ、人参、ほうれん草		
13 金	ごはん	○		米			813
	鶏の味噌焼き		とり肉、味噌	砂糖			
	ミネストローネスープ		ベーコン、大豆	じゃがいも、マカロニ	玉ねぎ、人参、トマトピューレ	コンソメ	
	ツナサラダ		ツナ	マヨネーズ	キャベツ、きゅうり、人参		