

令和 8年 9月 学校給食献立表(9/1～10/2)

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 からだのちようしきをとのえる 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			793
	れんこんとひき肉照り焼き		れんこんと焼肉の照焼き				
	ABCチキンスープ		とり肉	マカロニ	たまねぎ, にんじん, しめじ, キャベツ	ガラスープ, 塩, しょうゆ	
	ごぼうカレー炒め			こんにゃく, さとう	ごぼう, にんじん	カレー粉, しょうゆ	
	ももゼリー			ももゼリー			
2 水	ごはん	○		米			801
	いかフライ		イカフライ	油			
	ビーフン炒め		かまぼこ, 卵	ビーフン, さとう, 油, 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, 塩	
	なすのツナ和え		ツナ	和風ドレッシング	なす, えだまめ, にんじん		
3 木	ごはん	○		米			786
	鶏肉のレモン焼き		とり肉	レモンペッパー焼きオイル			
	味噌汁		うすあげ, 煮ぼし, みそ	こんにゃく	大根, たまねぎ, にんじん, ごぼう, 大ねぎ		
	チャンプル		厚あげ, ウィンナー	さとう, ごま	ゴーヤ, にんじん, たまねぎ	しょうゆ, だし	
4 金	ごはん	○		米			788
	白身魚フライ		白身魚	てんぷら粉, パン粉		塩	
	スタミナ焼き		とり肉, 厚あげ	こんにゃく, ごま油	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	
	春雨サラダ		卵	春雨, コールスロードレッシング	にんじん, きゅうり		
7 月	小ごはん	○		米			794
	焼きそばパスタ		豚肉	スパゲティ	たまねぎ, キャベツ, にんじん, ピーマン	焼きそばソース	
	しゅうまい		しゅうまい				
	わかめ酢の物		わかめ	さとう	きゅうり, しょうが	酢, 塩	
	ヨーグルト		ヨーグルト				
8 火	ごはん	○		米			797
	エビフライ		エビフライ	あぶら			
	高野豆腐煮		高野豆腐, 卵	こんにゃく, さとう	キャベツ, たまねぎ, にんじん, 枝豆	だし, しょうゆ, しお	
	ひじきれんこん		ひじき	こんにゃく, さとう	にんじん, れんこん	だし, しょうゆ	
11 金	ごはん	○		米			825
	豚肉ねぎ塩たれ		豚肉		たまねぎ	塩だれ	
	カレー風味スープ		ウィンナー, 大豆	じゃがいも	たまねぎ, にんじん, コーン, しめじ	コンソメ, しお, カレー粉	
	ごぼうサラダ			マヨネーズ	ごぼう, にんじん, きゅうり		
14 月	ごはん	○		米			797
	メンチカツ		キャベツメンチカツ	油			
	冬瓜スープ		とり肉, 卵		とうがん, 白菜, 大ねぎ	ガラスープ, しょうゆ	
15 火	ごはん	○		米			787
	にらまんじゅう		にらまんじゅう				
	ハヤシライス		豚肉, 大豆	じゃがいも	たまねぎ, にんじん, しめじ, トマト	ハヤシルウ	
	白菜のゆかり酢和え			さとう	白菜, きゅうり, にんじん, ゆかり	酢	
16 水	ごはん	○		米			795
	佐賀県産鶏のからあげ		とり肉	かたくり粉, あぶら	しょうが	塩こうじ	
	けんちん汁		とうふ, 煮ぼし	さとも, こんにゃく	大根, にんじん, ごぼう	しょうゆ, しお	
	わかめのナムル		わかめ	ごま油, ごま	もやし, にんじん	ガラスープ, しお	