

令和7年度



9月献立表


 菊川市立菊川学校給食センター
 ※だしやエキス、食品添加物等の記載はしてありません。

日 曜	こんだて	きいろのしょくひん ねつやらからなるもの		あかいのしょくひん 体をつくるもの		みどりいろのしょくひん 体のちようしをこどのえるもの	その他の 調味料	エネルギー・たんぱく質・脂質 （※100gあたり）			お知らせ
		炭水化物	脂質	たんぱく質	無機質			幼	小	中	
1 (月)	むぎごはん	米 麦									
	ぎゅうにゅう				牛乳			537	683	901	
	はるまき	小麦粉 米粉 春雨	油 ヨートン	ぶた肉		にんじん 玉ねぎ キャベツ しょうが 干ししいたけ	醤油 塩	18.6	23.3	28.8	
	もやしのちゅうかあえ	砂糖	ごま油 ごま		わかめ	もやし きゅうり	醤油 酢 塩	25.2	27.4	35.0	
	マーボー豆腐	でん粉 砂糖	油 ごま油	豆腐 ぶた肉 みそ		にんじん たけのこ 葉ねぎ 干ししいたけ しょうが にんにく	醤油 中華スープ 酒 みりん トマト	1.8	2.2	2.8	
2 (火)	ナン	小麦粉 砂糖	ヨーティング		脱脂粉乳		イースト 塩				
	ぎゅうにゅう				牛乳			425	624	778	
	キーマカレー		油	とり肉 大豆		玉ねぎ にんじん ビーマン トマト にんにく	加熱2種(小麦・乳) ソース ケチャップ ワイン カレー粉	18.3	25.3	31.0	
	フルーツあえ	砂糖		豆乳	寒天	パイナップル みかん りんご ぶどう もも レモン		15.7	19.7	23.6	
	ひよこまめのスープ	じゃがいも ひよこ豆	油	ベーコン		キャベツ にんじん しめじ セロリ にんにく	ワイン コンソメ 塩 こしょう	1.6	2.5	3.0	
3 (水)	ごはん	米									
	ぎゅうにゅう				牛乳			420	573	739	
	たらのレモンあえ	でん粉 砂糖	油	たら		レモン	醤油 パセリ	17.7	22.6	27.6	
	ひじきサラダ	砂糖			ひじき	キャベツ きゅうり とうもろこし	みりん 酢 塩	16.1	18.9	22.3	
	かぼちゃのみそしる			みそ 油あげ		かぼちゃ 玉ねぎ にんじん えのきたけ 葉ねぎ		1.5	1.9	2.3	
4 (木)	ごはん	米									
	ぎゅうにゅう				牛乳			415	569	729	
	ぶたキムチ	でん粉 砂糖	油	ぶた肉		玉ねぎ キムチ ビーマン しょうが	酒 醤油	19.6	24.9	30.5	
	はるさめサラダ	春雨 砂糖	ごま ごま油			もやし きゅうり にんじん	醤油 酢	15.8	18.6	22.0	
	やさいとたまごのスープ	でん粉		卵 豆腐 ベーコン		チンゲン菜 キャベツ にんじん 干ししいたけ	鶏がらスープ 醤油 コンソメ 塩	1.9	2.5	3.0	
5 (金)	ごはん	米									
	ぎゅうにゅう				牛乳			410	562	727	
	とりにくといちごのチャップ あえ	でん粉 砂糖	油	とり肉 とりレバー			ケチャップ ソース ワイン	19.9	25.6	31.7	
	きゅうりのひだひた	砂糖	ごま油	かつお節		きゅうり	醤油 酢 唐辛子	15.3	17.8	21.5	
	とうがんスープ			ベーコン		冬瓜 玉ねぎ 小松菜 にんじん	鶏がらスープ 醤油 トマト 塩 こしょう	1.2	2.0	2.3	
8 (月)	ごはん	米									
	ぎゅうにゅう				牛乳			395	570	738	
	さんまのかばやき	でん粉 砂糖	油	さんま			醤油 酒 みりん	15.3	20.8	25.3	
	やさいのたくあんあえ		ごま			キャベツ きゅうり たくあん	塩	16.2	21.2	25.5	
	なすのみそしる			豆腐 みそ 油あげ		玉ねぎ なす えのきたけ 根菜ねぎ		1.5	2.3	2.8	重陽の節句
9 (火)	コッパパン	小麦粉 砂糖	ヨーティング		脱脂粉乳		イースト 塩				
	ぎゅうにゅう				牛乳			473	620	772	
	タンドリーチキン	砂糖		とり肉	ヨーグルト	にんにく しょうが	醤油 カレー粉 塩 こしょう	27.0	34.1	42.0	
	チンゲンサイとコーンのサラダ	砂糖	油			チンゲン菜 キャベツ とうもろこし	酢 塩 こしょう	16.7	20.1	23.8	
	ボークビーンズ	じゃがいも 砂糖	油	大豆 ぶた肉		玉ねぎ にんじん トマト マッシュルーム グリンピース	チャップ ソース 小麦 オイル 塩 こしょう	2.2	2.8	3.9	
10 (水)	むぎごはん	米 麦									
	ぎゅうにゅう				牛乳			449	620	802	
	さんしょくごはんのぐ	砂糖	油	とり肉 卵		枝豆	醤油 みりん 酒 塩	19.9	25.1	30.8	
	ポテトサラダ	じゃがいも				きゅうり とうもろこし にんじん	カレールー 酢 塩 こしょう	18.6	22.3	26.7	
	みだくさんじる			ぶた肉 みそ		大根 にんじん ごぼう 葉ねぎ えのきたけ		1.4	2.0	2.6	
11 (木)	ソフトめん	小麦粉					塩				
	ぎゅうにゅう				牛乳			518	615	797	
	コーンフライ	パン粉 小麦粉 砂糖 でん粉	油 ヨートン	大豆		とうもろこし	塩	18.9	22.5	28.5	
	フレンチサラダ	砂糖	油			キャベツ きゅうり にんじん	酢 塩 こしょう	19.8	20.7	26.0	
	なつやさいのミートソース	砂糖	油	ぶた肉 大豆	チーズ 脱脂粉乳	玉ねぎ なす トマト にんじん ビーマン マッシュルーム にんにく	チャップ 小麦粉(小麦) ソース オイル 塩 こしょう	2.0	2.5	3.3	
12 (金)	ごはん	米									
	ぎゅうにゅう				牛乳			456	624	799	
	さばのしおやき			さば			塩	20.2	26.0	31.7	
	だいすくとひじきのいために	砂糖	油 ごま	大豆 ちくわ	ひじき	にんじん さやいんげん	醤油 みりん 酒	19.1	22.9	27.3	
	さつまじる	さつまいも		豆腐 とり肉 みそ 油あげ		大根 にんじん こんにゃく 干ししいたけ 葉ねぎ		2.0	2.6	3.2	まごわやさしい 献立

※だしやエキス、食品添加物等の記載はしていません。

日 曜	こんだて	きいろのしょくひん ねつやからなるもの		あかいのしょくひん 体をつくるもの		みどりいろのしょくひん 体のちょうしをとのえるもの	その他の 調味料	エクス（調味料） たんぱく質 脂質 糖質			お知らせ
		炭水化物	脂質	たんぱく質	無機質	ビタミン		幼	小	中	
16 (火)	コッペパン	小麦粉 砂糖	ショートニング		脱脂粉乳		イースト 塩				
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	ボークチャップ	砂糖	油	ぶた肉		玉ねぎ りんご	ケチャップ ソース ワイン	460 20.7 19.4 1.7	604 26.4 23.8 2.6	756 32.4 28.6 3.3	
	マカロニサラダ	マカロニ				きゅうり にんじん	カレールウ 塩 こしょう				
	コンソメスープ	じゃがいも		ベーコン		玉ねぎ 小松菜 にんじん とうもろこし セロリ	鶏がらスープ 塩 こしょう				
17 (水)	ごはん	米									
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	さけのさいぎょうやき	砂糖		さけ みそ			みりん 酒	484 33.5 13.9 1.8	592 31.0 13.5 2.1	749 37.7 15.4 2.8	横地小 リクエスト献立
	やさいのごまあえ	砂糖	ごま			もやし ほうれん草 にんじん	醤油				
	ちくぜんに	里いも 砂糖	油 ごま油	とり肉 ちくわ	昆布	にんじん こんにゃく だけのこ れんこん ごぼう さやいんげん 干ししいたけ	醤油 みりん 酒				
18 (木)	ごはん	米									
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	とりにくのごますがけ	砂糖 でん粉	ごま	とり肉			酒 醤油 酢 みりん 塩 こしょう	398 21.7 12.9 1.4	562 29.9 14.8 1.8	714 36.4 17.0 2.3	
	じゃがいものそぼろに	じゃがいも 砂糖	油	ぶた肉 大豆		枝豆 しょうが	醤油 みりん 酒				
	かきたまじる	でん粉		豆腐 卵		玉ねぎ チンゲン菜 にんじん 干ししいたけ	醤油 塩				
19 (金)	ごはん	米									
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	くろはんぺんのおちゃフライ	パン粉 小麦粉	油	黒はんぺん（さば）		粉茶 せん茶	塩 こしょう	432 15.8 16.4 2.0	613 21.2 19.6 2.7	779 25.3 23.2 3.2	ふるさと給食
	アスパラのアーモンドあえ	砂糖	アーモンド			キャベツ アスパラガス にんじん	醤油				
	おがさまんてんみそじる	さつまいも		豆腐 みそ 油あげ	わかめ	玉ねぎ にんじん 小松菜 こんにゃく					
22 (月)	ごはん	米									
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	イカとひじきのあまからあえ	でん粉 砂糖	油	イカ	ひじき		醤油 ケチャップ	408 19.8 15.7 1.6	561 25.2 18.3 2.3	719 31.1 21.6 2.8	
	やさいののりすあえ	砂糖	ごま ごま油		のり	もやし ほうれん草 にんじん	醤油 酢				
	つみれじる			いわしつみれ 油あげ		大根 にんじん しめじ 根菜ねぎ	醤油 みりん 酒 塩				
24 (火)	ごはん	米									
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	あつやきたまご	砂糖 でん粉	油	卵			酢 みりん 醤油 塩	428 18.3 15.2 1.7	592 23.3 17.7 2.1	751 28.1 20.8 2.7	
	わかめサラダ	砂糖			わかめ	キャベツ きゅうり もやし	酢 醤油 塩				
	さといものごまみそに	里いも 砂糖	油 ごま	ぶた肉 がんもどき みそ		大根 にんじん こんにゃく さやいんげん 干ししいたけ しょうが	みりん 酒 醤油 塩				
25 (水)	うどん	小麦粉					塩				
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	あおのりピーズポテト	じゃがいも でん粉	油	大豆	あおさ		塩 こしょう	472 20.8 17.5 1.3	587 25.6 20.7 1.8	713 30.7 24.9 2.1	
	やさいのあかじそあえ					キャベツ きゅうり	赤じそ粉 塩				
	カレーうどんのしる	でん粉		ぶた肉 油あげ		玉ねぎ にんじん 小松菜 根菜ねぎ しめじ	カレー粉 しょうが 酒 塩				
26 (金)	ごはん	米									
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	ししゃものもみじあえ	でん粉 砂糖	油		ししゃも	玉ねぎ 黄ピーマン 赤ピーマン ピーマン	酢 塩	426 16.3 14.8 1.7	585 21.0 17.5 2.2	749 25.7 20.7 2.7	六郷小 リクエスト献立 ししゃもの 紅葉和え 幼1尾 小中2尾
	きんぴらごぼう	砂糖	ごま油 ごま	ぶた肉 さつまいも（大豆）		ごぼう にんじん さやいんげん	醤油 酒 みりん				
	あきのさんしゅのみそじる	さつまいも		豆腐 みそ		大根 なめこ にんじん 菜ねぎ					
29 (月)	ごはん	米									
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	こうやどうふのカレーあげ	でん粉	油	凍り豆腐			醤油 酒 カレー粉	459 18.3 18.2 1.5	627 23.2 21.9 1.9	808 28.6 26.5 2.5	
	やさいのいそかあえ	砂糖			のり	キャベツ もやし ほうれん草	醤油				
	にくじゃが	じゃがいも 砂糖	油	ぶた肉		玉ねぎ にんじん こんにゃく さやいんげん 干ししいたけ	醤油 酒 みりん				
30 (火)	コッペパン	小麦粉 砂糖	ショートニング		脱脂粉乳		イースト 塩				
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	オムレツのケチャップソースがけ	砂糖	油	卵			ケチャップ ソース クレ 塩 酢	492 20.6 19.1 2.3	581 22.5 19.3 2.7	737 28.3 23.6 3.9	
	ツナとチンゲンサイのソテー		油	まぐろ		キャベツ チンゲン菜 にんじん しめじ	ソテー 塩 こしょう				
	コーンポタージュ		油		脱脂粉乳 チーズ クリーム	とうもろこし 玉ねぎ にんじん	コーンポタージュ 塩 こしょう				

※材料の都合等により献立を変更することがあります。
※栄養価は幼稚園年中・小学校3・4年生・中学1年の数値です。
※加工品の右側の（ ）内は特定原材料・特定原材料に準ずるもの28品目を記載しています。（えび・かに・小巻・そば・卵・乳・ピーナッツ・くるみ・アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・
カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン）

8月の給食費の振替日は8月27日（水）です。
9月の給食費の振替日は9月29日（月）です。（引き落としの準備をお願いします。）