

8. 9月献立表

令和8年度



←生徒人気メニュー

ご家庭に掲示して、家族の話題にして下さい。

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おりません。

日 曜	献立	黄色の食品 熱や力になるもの		赤色の食品 体をつくるもの		緑色の食品 体の調子を整えるもの	その他の 調味料	エネルギー たんぱく質 脂質			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	
8/28 (金)	ご飯	米									
	牛乳				牛乳			427	596	759	
	チキンカツ	パン粉 小麦粉	油	とり肉	チーズ	パセリ	塩 こしょう	20.0	27.6	33.0	
	野菜のたくあん和え						塩	15.6	18.3	21.6	
	かぼちゃの味噌汁		ごま	みそ 油揚げ		かぼちゃ 玉ねぎ えのきたけ にんじん 菜の花		1.5	2.1	2.6	
8/31 (月)	ご飯	米									
	牛乳				牛乳			449	615	791	
	鶏肉とレバーのあまから和え	でん粉 砂糖	油	とり肉 とりレバー		根菜ねぎ しょうが	醤油 みりん 酒	18.9	24.0	29.7	
	ポテトサラダ	じゃがいも				枝豆 とうもろこし にんじん	カレールウ ソース 酢 塩	18.6	22.1	26.6	
	わかめ入り野菜スープ			ベーコン	わかめ	キャベツ 玉ねぎ にんじん えのきたけ	鶏がらスープ コンソメ 醤油 塩 こしょう	1.5	2.1	2.4	
9/1 (火)	ナン	小麦粉 砂糖	バター		脱脂粉乳		イースト 塩				
	牛乳				牛乳			417	614	765	
	キーマカレー		油	とり肉 大豆		玉ねぎ にんじん ピーマン トマト にんにく	カレールウ 2種(小麦・乳) ソース ケチャップ ワイン カレールウ	18.3	25.3	31.0	
	フルーツ和え	砂糖		豆乳	寒天	パイナップル みかん もも ぶどう りんご レモン		14.5	18.0	21.3	
	アルファベットスープ	じゃがいも マカロニ		ベーコン		玉ねぎ チンゲン菜 にんじん	鶏がらスープ コンソメ 塩 こしょう	1.7	2.6	3.0	
2/28 (水)	ご飯	米									
	牛乳				牛乳			436	592	750	
	あじフライ	パン粉 小麦粉	油	あじ			塩 こしょう	18.0	22.4	26.9	
	キャベツの胡麻酢和え	砂糖	ごま			キャベツ きゅうり にんじん	酢 醤油 塩	15.9	18.6	21.8	
	ジャガイモと小松菜の味噌汁	じゃがいも		みそ 油揚げ	わかめ	玉ねぎ 小松菜 しめじ		1.9	2.3	2.6	
3/1 (木)	ご飯	米									
	牛乳				牛乳			434	636	839	
	肉団子のあまから煮	パン粉 でん粉 砂糖	油	とり肉 ぶた肉 大豆		玉ねぎ しょうが にんにく	醤油 みりん 塩	19.1	25.6	32.3	
	枝豆ともやしのおひたし	砂糖				もやし 枝豆 ほうれん草 にんじん	醤油	16.1	21.5	27.5	
	里芋の胡麻味噌煮	里芋 砂糖	ごま 油	ぶた肉 がんもどき(大豆) 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	醤油 酒 みりん 塩	1.3	1.9	2.4	
4/1 (金)	わかめご飯	米			わかめ		塩				
	牛乳				牛乳			423	582	755	
	鶏肉のからあげ	でん粉	油	とり肉		しょうが にんにく	醤油 酒 塩 こしょう	20.3	26.6	34.0	
	きゅうりのひたひた	砂糖	ごま油	かつお節		きゅうり	醤油 酢 唐辛子	14.8	17.2	20.5	
	薩摩芋の味噌汁	じゃがいも		豆腐 みそ		にんじん ごぼう こんにゃく 菜の花		2.2	2.9	3.7	
7/7 (月)	麦ご飯	小麦 大麦									
	牛乳				牛乳			447	553	684	
	ホイコーロー	砂糖 でん粉	油	ぶた肉		キャベツ ピーマン しょうが	醤油 テンメシジャン 酒 トウバンジャン	20.5	24.9	30.4	
	切り干し大根の中華サラダ	砂糖	ごま油 ごま	わかめ		切り干し大根 きゅうり	醤油 酢 塩	15.7	18.7	21.8	
	にらと玉子のスープ	でん粉		卵 豆腐 ベーコン		玉ねぎ にら 干ししいたけ	鶏がらスープ コンソメ 塩	1.7	2.4	3.0	
8/8 (火)	コッペパン	小麦粉 砂糖	バター		脱脂粉乳		イースト 塩				
	牛乳				牛乳			461	600	742	
	かぼちゃのひき肉フライ	パン粉 小麦粉 砂糖	油	ぶた肉 大豆		かぼちゃ	塩 醤油	18.1	22.9	27.8	
	スパゲッティナポリタン	スパゲッティ	油	とり肉	チーズ	玉ねぎ しめじ にんじん ピーマン	ケチャップ ソース 塩 こしょう	17.8	21.4	25.5	
	冬瓜スープ			ベーコン		とうがん 玉ねぎ 小松菜 にんじん	鶏がらスープ 醤油 スープストック 塩 こしょう	1.8	2.6	3.5	
9/9 (水)	ご飯	米									
	牛乳				牛乳			420	573	721	
	サバの塩焼き			さば			塩	22.0	27.8	33.3	
	ひじきと枝豆の煮物	砂糖		とり肉	ひじき	こんにゃく にんじん 枝豆	醤油 みりん	17.1	19.7	22.8	
	なめこの味噌汁			豆腐 みそ 油揚げ		大根 玉ねぎ ほうれん草 なめこ えのきたけ にんじん 根菜ねぎ		1.9	2.4	2.8	
10/10 (木)	ご飯	米					塩				
	牛乳				牛乳			508	616	811	
	里芋コロッケ	里芋 小麦粉 砂糖	油	とり肉 大豆		玉ねぎ	醤油 塩 こしょう	20.9	24.6	26.1	
	コーンサラダ	砂糖	油			キャベツ 小松菜 とうもろこし	酢 塩 こしょう	18.2	21.0	25.2	
	夏野菜カレー		油	ぶた肉	チーズ 脱脂粉乳	玉ねぎ かぼちゃ トマト にんじん スズキナ りんご にんにく	カレールウ 3種(小麦・乳・大豆) ソース 鶏がらスープ ワイン 塩 こしょう	2.4	2.9	2.4	
11/11 (金)	ご飯	米									
	牛乳				牛乳			387	556	725	
	シューマイ	小麦粉 砂糖		ぶた肉		玉ねぎ しょうが	塩	19.7	27.0	34.2	
	にらの海苔酢和え	砂糖	ごま油	のり		もやし にら	醤油 酢	12.8	15.6	18.7	
	八宝菜	でん粉	ごま油	ぶた肉 えび いか		白菜 玉ねぎ にんじん たけのこ チンゲン菜 干ししいたけ しょうが	中華スープ 醤油 酒 塩	1.2	1.8	2.3	

肉団子の甘辛和え
幼1歳
小2歳
中3歳

内田小リクエスト
献立
とり肉の唐揚げ
幼1歳
小1歳
中2歳

シューマイ
幼1歳
小2歳
中3歳

日 曜	献立	黄色の食品 熱や力になるもの		赤色の食品 体をつくるもの		緑色の食品 体の調子を整えるもの	その他の 調味料	エネルギー たんぱく質 脂質			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	
14 (月)	ご飯	米									
	牛乳				牛乳			450	583	785	
	さんまのかば焼き	でん粉 砂糖	油	さんま			醤油 みりん 酒	17.8	20.9	27.6	
	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	19.9	21.8	28.7	
	豆腐の味噌汁			豆腐 みそ 油揚げ		玉ねぎ 小松菜 にんじん 根菜ねぎ		2.0	2.4	3.1	
15 (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				
	牛乳				牛乳			514	607	756	
	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	38.0	35.3	43.1	
	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	16.5	18.9	22.4	
	ポークビーンズ	じゃがいも 砂糖	油	ぶた肉 大豆		玉ねぎ にんじん しめじ トマト	ケチャップ ソース ワイン コンソメ 塩 こしょう	2.1	2.8	3.9	
16 (水)	ご飯	米									
	牛乳				牛乳			467	640	823	
	豚肉とコーンの揚げ煮	でん粉 砂糖	油	ぶた肉		とうもろこし しょうが	醤油 酒	20.3	25.5	31.8	
	ごぼうサラダ	砂糖	ごま			ごぼう きゅうり にんじん	ごまドレッシング 醤油 みりん	19.4	23.2	27.9	
	野菜と玉子のスープ	でん粉		豆腐 卵 ベーコン		玉ねぎ キャベツ チンゲン菜	鶏がらスープ 醤油 コンソメ 塩	1.5	2.1	2.6	
17 (木)	麦ご飯	米 大麦									
	牛乳				牛乳			492	653	859	
	カツオカツ	小麦粉 砂糖	油	かつお 大豆		玉ねぎ しょうが	醤油 塩	18.3	21.9	27.6	
	野菜とこんにゃくのサラダ	砂糖	ごま油			キャベツ きゅうり こんにゃく	醤油 酢 塩	18.4	21.4	26.4	
	ハヤシシチュー	じゃがいも 砂糖	油	ぶた肉		玉ねぎ にんじん トマト	ハヤシシルツ(小麦粉) ケチャップ 鶏がらスープ コンソメ 塩 こしょう	1.9	2.4	3.1	
18 (金)	ご飯	米									ふるさと給食
	牛乳				牛乳			404	552	701	
	海苔入り厚焼き玉子	砂糖 でん粉	油	卵	のり		酢 みりん 醤油 塩	16.9	21.2	25.5	
	タケノコとちくわの煮物	砂糖	油	ちくわ(大豆) とり肉		たけのこ にんじん こんにゃく さやいんげん	醤油 酒 みりん	15.0	19.5	19.5	
	小笠満点味噌汁	さつまいも		豆腐 みそ 油揚げ	わかめ	玉ねぎ 小松菜 えのきたけ にんじん		1.9	2.2	2.4	
24 (木)	ご飯	米									
	牛乳				牛乳			516	611	855	
	春巻き	小麦粉 砂糖 春雨	油 ショートニング	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	19.3	23.4	28.8	
	野菜の中華和え	砂糖	ごま油		わかめ	もやし きゅうり	醤油 酢 塩	23.4	17.0	31.6	
	マーボー豆腐	砂糖 でん粉	油 ごま油	豆腐 ぶた肉 みそ 大豆		にんじん たけのこ 鷹ねぎ 干ししいたけ しょうが にんにく	醤油 酒 中華スープ みりん テン メンジャン トウバンジャン	2.6	3.2	2.6	
25 (金)	秋の炊き込みご飯	米 砂糖		油揚げ とり肉 かつお節	こんぶ	にんじん たけのこ ごぼう まいたけ こんにゃく	醤油 酢 塩				西中 リクエスト献立 十五夜献立
	牛乳				牛乳			460	542	671	
	兎型ハンバーグのおろしソース	砂糖		とり肉 ぶた肉 大豆		玉ねぎ 大根 トマト にんにく しょうが	醤油 みりん 塩	19.1	21.7	26.6	
	野菜のおかか和え	砂糖		かつお節		キャベツ もやし にんじん	醤油	15.4	16.6	20.2	
	秋野菜の味噌汁	味噌		豆腐 みそ 油揚げ		ほうれん草 ごぼう れんこん にんじん		2.5	3.0	3.8	
28 (月)	十五夜ゼリー	砂糖	油		寒天	みかん レモン					
	ご飯	米									
	牛乳				牛乳			392	544	695	
	プルコギ	砂糖	ごま油 油	ぶた肉 みそ		玉ねぎ りんご にんにく しょうが	醤油 トウバンジャン	18.8	23.8	29.3	
	ほうれん草のナムル	砂糖	ごま ごま油			ほうれん草 もやし きゅうり	醤油 酢	14.1	16.0	16.7	
29 (火)	ワンタンスープ	コンソメ		ベーコン なた		白菜 にんじん えのきたけ 鷹ねぎ	鶏がらスープ 醤油 中華スープ 塩 こしょう	1.6	2.0	2.6	
	背割れコッペパン	小麦粉 砂糖	ショートニング		脱脂粉乳		イースト 塩				
	牛乳				牛乳			462	604	752	
	ウィンナーのソースがけ	砂糖		ウィンナー			ケチャップ ソース ワイン	19.4	24.6	29.7	
	コールスローサラダ	砂糖	油			キャベツ きゅうり とうもろこし	酢 塩 こしょう	21.7	26.8	32.1	
30 (水)	肉団子と野菜のスープ	肉団子(小豆)		肉団子(とり肉・ ぶた肉)		玉ねぎ 白菜 にんじん しめじ パセリ	コンソメ スープストック ワイン 塩 こしょう	2.5	3.1	4.4	
	ご飯	米									
	牛乳				牛乳			449	614	791	
	鶏肉と大豆の味噌がらめ	でん粉 砂糖	油	とり肉 大豆 みそ		しょうが	みりん 酒 醤油	21.3	27.6	33.9	
	もやしサラダ		ごま			もやし きゅうり にんじん	ごまドレッシング	18.0	21.6	25.7	
	つみれ汁			いわしつみれ 油揚げ	わかめ	大根 しめじ にんじん 根菜ねぎ	醤油 酒 みりん 塩	1.7	2.2	2.6	

※材料の割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、中学生の概算です。

※加工品の右側の()とは特定原材料・特定原材料に準ずるものの28品目を記載しています。(えび・かに・小麦・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・マカダミアナッツ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン)