©菊川市

８・９月献立表

©菊川市

令和８年度

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	こんだて	きいろのしょくひん ねつやちからになるもの		あかいろのしょくひん 体をつくるもの		みどりいろのしょくひん 体のちょうしをととのえるもの	その他の 調味料	【栄養価】 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 塩分(g)			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)	ごはん	米						427 20.0 15.6 1.5	596 27.6 18.3 2.1	759 33.0 21.6 2.6	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	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				
	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				
	かぼちゃのみそしる			みそ　油揚げ		かぼちゃ　玉ねぎ　えのきたけ にんじん　葉ねぎ					
8/31(月)	ごはん	米						449 18.9 18.6 1.5	615 24.0 22.1 2.1	791 29.7 26.6 2.4	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	とりにくとレバーのあまからあえ	でん粉　砂糖	油	とり肉　とりレバー		根深ねぎ　しょうが	醤油　みりん　酒				
	ポテトサラダ	じゃがいも				枝豆　とうもろこし　にんじん	ﾉﾝｴｯｸﾞ ﾏﾖﾈｰｽﾞ　酢　塩 こしょう				
	わかめいりやさいスープ			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				
9/1(火)	ナン	小麦粉　砂糖	ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ		脱脂粉乳		イースト　塩	417 18.3 14.5 1.7	614 25.3 18.0 2.6	765 31.0 21.3 3.0	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	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 カレー粉				
	フルーツあえ	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					
	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				
2(水)	ごはん	米						436 18.0 15.9 1.9	592 22.4 18.6 2.3	750 26.9 21.8 2.6	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	あじフライ	パン粉　小麦粉	油	あじ			塩　こしょう				
	キャベツのごまずあえ	砂糖	ごま			キャベツ　きゅうり　にんじん	酢　醤油　塩				
	じゃがいもとこまつなのみそしる	じゃがいも		みそ　油揚げ	わかめ	玉ねぎ　小松菜　しめじ					
3(木)	ごはん	米						434 19.1 16.1 1.3	636 25.6 21.5 1.9	839 32.3 27.5 2.4	肉団子の甘辛和え 幼１個 小２個 中３個
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	にくだんごのあまからに	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				
	えだまめ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				
	さといものごまみそに	里いも　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				
4(金)	わかめごはん	米　砂糖			わかめ		塩	423 20.3 14.8 2.2	582 26.6 17.2 2.9	755 34.0 20.5 3.7	内田小 リクエスト献立 とり肉の唐揚げ 幼１個 小１個 中２個
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	とりにくのからあげ	でん粉	油	とり肉		しょうが　にんにく	醤油　酒　塩　こしょう				
	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				
	さつまいものみそしる	さつまいも		豆腐　みそ		にんじん　ごぼう　こんにゃく　葉ねぎ					
7(月)	むぎごはん	米　大麦						447 20.5 15.7 1.7	553 24.9 18.7 2.4	684 30.4 21.8 3.0	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	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　テンメンジャン　酒 トウバンジャン				
	きりぼしだいこんのちゅうかサラダ	砂糖	ごま油　ごま		わかめ	切り干し大根　きゅうり	醤油　酢　塩				
	にらとたまごのスープ	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				
8(火)	コッペパン	小麦粉　砂糖	ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ		脱脂粉乳		イースト　塩	461 18.1 17.8 1.8	600 22.9 21.4 2.6	742 27.8 25.5 3.5	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	かぼちゃのひきにくフライ	パン粉　小麦粉 でん粉　砂糖	油	ぶた肉　大豆		かぼちゃ	塩　醤油				
	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				
	とうがんスープ			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				
9(水)	ごはん	米						420 22.0 17.1 1.9	573 27.8 19.7 2.4	721 33.3 22.8 2.8	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	さばのしおやき			さば			塩				
	ひじきとえだまめのにもの	砂糖		とり肉	ひじき	こんにゃく　にんじん　枝豆	醤油　みりん				
	なめこのみそしる			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　根深ねぎ					
10(木)	ソフトめん	小麦粉					塩	508 20.9 18.2 2.4	616 24.6 21.0 2.9	791 31.4 25.6 4.0	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	さといもコロッケ	里いも　パン粉 小麦粉　でん粉　砂糖	油	とり肉　大豆		玉ねぎ	醤油　塩　こしょう				
	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				
	なつやさいのミートソース	砂糖	油	ぶた肉　大豆	脱脂粉乳　チーズ	玉ねぎ　なす　にんじん　トマト ピーマン　マッシュルーム　にんにく	ケチャップ　ハヤシルウ(小麦) ソース　ワイン　コンソメ 塩　こしょう				
11(金)	ごはん	米						387 19.7 12.8 1.2	556 27.0 15.6 1.8	725 34.2 18.7 2.3	シューマイ 幼１個 小２個 中３個
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	シューマイ	小麦粉　パン粉 でん粉　砂糖		ぶた肉		玉ねぎ　しょうが	塩				
	にらののりずあえ	砂糖	ごま油		のり	もやし　にら	醤油　酢				
	はっぽうさい	でん粉	油　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				

※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	こんだて	きいろのしょくひん ねつやちからになるもの		あかいろのしょくひん 体をつくるもの		みどりいろのしょくひん 体のちょうしをととのえるもの	その他の調味料	【栄養価】エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 塩分(g)			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)	ごはん	米						450 17.8 19.9 2.0	583 20.9 21.8 2.4	785 27.6 28.7 3.1	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	さんまのかばやき	でん粉　砂糖	油	さんま			醤油　みりん　酒				
	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				
	とうふのみそしる			豆腐　みそ　油揚げ		玉ねぎ　小松菜　にんじん　根深ねぎ					
15 (火)	コッペパン	小麦粉　砂糖	ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ		脱脂粉乳		イースト　塩	514 38.0 16.5 2.1	607 35.3 18.9 2.8	756 43.1 22.4 3.9	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	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				
	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				
	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 パセリ	ケチャップ　ソース　ワイン コンソメ　塩　こしょう				
16 (水)	ごはん	米						467 20.3 19.4 1.5	640 25.5 23.2 2.1	823 31.8 27.9 2.6	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	ぶたにくとコーンのあげに	でん粉　砂糖	油	ぶた肉		とうもろこし　しょうが	醤油　酒				
	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				
	やさいとたまごのスープ	でん粉		豆腐　卵　ベーコン		玉ねぎ　キャベツ　チンゲン菜 干ししいたけ	鶏がらスープ　醤油 コンソメ　塩				
17 (木)	むぎごはん	米　大麦						492 18.3 18.4 1.9	653 21.9 21.4 2.4	859 27.6 26.4 3.1	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	カツオカツ	パン粉　小麦粉　砂糖	油	かつお　大豆		玉ねぎ　しょうが	醤油　塩				
	やさい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				
	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 グリンピース	ハヤシルウ(小麦) ケチャップ　鶏がらスープ ソース　ワイン　塩 こしょう				
18 (金)	ごはん	米						404 16.9 15.0 1.9	552 21.2 17.0 2.2	701 25.5 19.5 2.4	ふるさと給食
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	のりいりあつやきたまご	砂糖　でん粉	油	卵	のり		酢　みりん　醤油　塩				
	たけのことちくわのにもの	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				
	おがさまんてんみそしる	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					
24 (木)	ちゅうかめん	小麦粉						516 19.3 21.5 2.6	611 23.4 23.4 3.2	774 29.0 27.9 4.1	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	はるまき	小麦粉　米粉　春雨 でん粉　砂糖	油　ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ	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				
	やさいのちゅうかあえ	砂糖	ごま油		わかめ	もやし　きゅうり	醤油　酢　塩				
	とんこつラーメンスープ			ぶた肉　なると		キャベツ　にんじん　たけのこ チンゲン菜　根深ねぎ　きくらげ	豚骨ラーメンスープ 鶏がらスープ　酒				
25 (金)	あきのたきこみごはん	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	460 19.1 15.4 2.5	542 21.7 16.6 3.0	671 26.6 20.2 3.8	西中 リクエスト献立 十五夜献立
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	うさぎがたハンバーグのおろしソースがけ	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				
	やさいのおかかあえ	砂糖		かつお節		キャベツ　もやし　にんじん	醤油				
	あきやさいのみそしる	里いも		豆腐　みそ　油揚げ		ほうれん草　ごぼう　れんこん にんじん					
	じゅうごやゼリー	砂糖	油		寒天	みかん　レモン					
28 (月)	ごはん	米						392 18.8 14.1 1.6	544 23.8 16.0 2.0	695 29.3 18.7 2.6	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	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				
	ほうれんそうのナムル	砂糖	ごま　ごま油			ほうれん草　もやし　きゅうり	醤油　酢				
	ワンタンスープ	ワンタン		ベーコン　なると		白菜　にんじん　えのきたけ　葉ねぎ	鶏がらスープ　醤油 中華スープ　塩　こしょう				
29 (火)	せわれコッペパン	小麦粉　砂糖	ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ		脱脂粉乳		イースト　塩	462 19.4 21.7 2.5	604 24.6 26.8 3.1	752 29.7 32.1 4.4	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	ウインナーのソースがけ	砂糖		ウインナー			ケチャップ　ソース　ワイン				
	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				
	にくだんごとやさいのスープ	肉団子(小麦)		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				
30 (水)	ごはん	米						449 21.3 18.0 1.7	614 27.6 21.6 2.2	791 33.9 25.7 2.6	
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	とりにくとだいずのみそがらめ	でん粉　砂糖	油	とり肉　大豆　みそ		しょうが	みりん　酒　醤油				
	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				
	つみれじる			いわしつみれ　油揚げ	わかめ	大根　しめじ　にんじん　根深ねぎ	醤油　酒　みりん　塩				

※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、中学生の数値です。
※加工品の右隣の（　）には特定原材料・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）