

令和6年9月 神山町中学校 予定献立表

日	曜	主 食	牛乳	つ き 物	お か ず	ざ い りよ う め い			エネルギー kcal	
						あか 血・筋肉・骨をつくる	みどり 体のはたらきをよくする	き 力や体温のもとになる		
2	月	(ごはん)	○		夏野菜チキンカレー フルーツミックスゼリーあえ	牛乳 とり肉 脱脂粉乳	にんじん ピーマン にんにく たまねぎ なす りんご 黄桃 みかん パイン	精白米 油 じゃがいも ゼリー	854	
3	火	(切りこみ コッペパン)	○	マヨネーズ	セルフツナサンド つぶつぶコーンスープ	牛乳 とり肉 ツナ ビーンズピューレ	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり コーン	パン じゃがいも マヨネーズ	877	
4	水	ごはん	○		焼肉風野菜炒め すまし汁	牛乳 豚肉 豆腐 ちくわ わかめ	万願寺とうがらし にんじん たまねぎ キャベツ にんにく しいたけ	精白米 さとう 油 でんぷん ごま	809	
5	木	こがた なると金時 パン	○		なす入りナポリタン グリーンサラダ	牛乳 ベーコン	にんじん ピーマン なす トマト コーン たまねぎ ブロッコリー にんにく キャベツ きゅうり	パン さとう 油 さつまいも スパゲティ ドレッシング	788	
6	金	ごはん	○		さばの塩焼き おひたし きんぴらごぼう	牛乳 さば 豚肉 さつまあげ かつお節	にんじん ほうれん草 キャベツ ごぼう たけのこ えだまめ こんにゃく	精白米 さとう ごま油 ごま	805	
9	月	ごはん	○		高野豆腐の卵とじ 切り干し大根のごま酢あえ	牛乳 とり肉 たまご 高野豆腐 かまぼこ	にんじん たまねぎ しいたけ グリンピース キャベツ きゅうり 切り干し大根	精白米 さとう ごま	782	
10	火	こくとうパン	○		チキンビーンズ 野菜とハムのサラダ	牛乳 とり肉 大豆 チキンハム	トマト ブロッコリー にんじん たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり コーン	パン 黒糖 さとう じゃがいも バター ドレッシング	736	
11	水	(ごはん)	○		そぼろ丼 阿波団子スープ	牛乳 とり肉 たまご まめミンチ わかめ	にんじん いんげん しょうが たまねぎ 白菜 れんこん ごぼう 大根	精白米 さとう さといも	819	
12	木	(切りこみ まるパン)	○	ソース	セルフコロッケサンド パンプキンポタージュ	牛乳 牛肉 とり肉 白いんげん	にんじん かぼちゃ たまねぎ キャベツ	パン 油 じゃがいも パン粉 生クリーム	779	
13	金	ごはん	○		いわしのおかか煮 きゅうりの香り漬け みそけんちん汁	牛乳 いわし 豆腐 かつお節 油揚げ みそ	にんじん だいこん きゅうり こんにゃく	精白米 さとう 油 ごま油 じゃがいも	748	
17	火	～ 給食はありません ～								
18	水	ごはん	○	(中)お月見 ゼリー	マーボー豆腐 ナムル	牛乳 豚肉 豆腐 まめミンチ みそ チキンハム	にんじん 小松菜 たまねぎ たけのこ しょうが にんにく グリンピース もやし	精白米 さとう ごま油 でんぷん (中)ゼリー	827	
19	木	全粒粉パン	○		とり肉とマカロニのクリーム煮 イタリアンサラダ	牛乳 とり肉	にんじん たまねぎ グリンピース コーン キャベツ きゅうり	パン 全粒粉 油 じゃがいも マカロニ 生クリーム ドレッシング	804	
20	金	ごはん	○	ソース	アジフライ ポイル野菜 さつま汁	牛乳 アジ とり肉 豆腐 みそ	にんじん たまねぎ キャベツ 大根	精白米 油 さつまいも	778	
25	水	ごはん	○		とり肉のからあげ うめあえ みそ汁	牛乳 とり肉 豆腐 油揚げ みそ	にんじん たまねぎ にんにく しょうが 大根 キャベツ きゅうり 梅	精白米 油 でんぷん	782	
26	木	こがた パンプキン パン	○		ツナとポテトのチーズ焼き トマトと卵のスープ	牛乳 ツナ とり肉 たまご チーズ	かぼちゃ にんじん トマト チンゲンサイ コーン たまねぎ たけのこ	パン さとう バター じゃがいも でんぷん マヨネーズ	861	
27	金	チキンライス	○		豆腐と野菜のスープ ハムチーズピカタ	牛乳 とり肉 豚肉 豆腐 ハム チーズ	にんじん たまねぎ コーン グリンピース キャベツ	精白米 押し麦 油 バター	768	
30	月	ごはん	○		肉じゃが すだち酢あえ	牛乳 豚肉 がんもどき	にんじん いんげん たまねぎ こんにゃく キャベツ きゅうり	精白米 さとう 油 じゃがいも	759	
☆★ 材料の購入、その他の都合により献立を変更することがありますので、ご了承ください。★★ ※9月の神山町産は、万願寺とうがらし・ピーマン・きゅうり・なす・しいたけ・すだち酢の予定です。									平均 (基準値中学生: 830)	798