



# 徳島市中学校給食予定献立表

令和6年9月分

徳島市教育委員会

日	曜	献立内容	材 料 名 ( 食 品 名 )					
			血・肉・骨になる		体の調子を整える		働く力や熱になる	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
2	月	ごはん オイスターソース炒め揚げぎょうざ	豚肉 ぎょうざ	牛乳	にんじん 小松菜	しょうが にんにく たまねぎ ヤングコーン キャベツ	精白米 強化米 さとう	油
3	火	(ごはん) カレーライス フルーツゼリーミックス	豚肉	牛乳 脱脂粉乳	にんじん	たまねぎ にんにく グリーンピース みかん 黄桃 パイン	精白米 強化米 じゃがいも ゼリー(苺)	カレーパウダー 油
4	水	ごはん さわらのてりやき風 すまし汁 パワフルチーズ	さわら とうふ かまぼこ	牛乳 わかめ チーズ	にんじん ねぎ	たまねぎ	精白米 強化米 でんぶん さとう ふ	油 白ごま
5	木	ごはん マーボー厚揚げ 海藻サラダ オニオンドレッシング	厚揚げ 豚肉 赤みそ	牛乳 わかめ	にんじん ねぎ	しょうが にんにく たけのこ たまねぎ えだまめ キャベツ とうもろこし	精白米 強化米 さとう でんぶん	油 ラー油 オニオンドレッシング
6	金	ごはん ふりかけ (お魚)	大豆 大福豆 金時豆 豚肉 ベーコン ハウレン草オムレツ	牛乳	にんじん パセリ トマトピューレ	たまねぎ	精白米 強化米 じゃがいも さとう	油 バター 生クリーム
9	月	ごはん ふりかけ (しそかつお)	大豆 とり肉	牛乳	にんじん さやいんげん	キャベツ たけのこ ごぼう こんにゃく	精白米 強化米 野菜コロケ さとう	油
10	火	ごはん 八宝菜 ポークしゅうまい	豚肉 えび いか ポークしゅうまい	牛乳	にんじん さやいんげん	しょうが たまねぎ はくさい ヤングコーン にんにく	精白米 強化米 でんぶん	油 ごま油 ラー油
11	水	ごはん 洋風煮 ごぼうサラダ マヨネーズ	とり肉 ベーコン	牛乳	にんじん	キャベツ たまねぎ グリーンピース ごぼう きゅうり とうもろこし	精白米 強化米 じゃがいも	マヨネーズ
12	木	ごはん 鮭の野菜カツ 塩昆布あえ 切り干し大根の炒め煮	鮭の野菜カツ とり肉 さつまあげ	牛乳 塩昆布	にんじん	はくさい 切り干し大根 干しいたけ えだまめ	精白米 強化米 さとう	油
13	金	ごはん 煮込みハンバーグ ポイルキャベツ イタリンスープ	ハンバーグ ベーコン 卵	牛乳 チーズ	にんじん 小松菜 パセリ	キャベツ たまねぎ	精白米 強化米 さとう パン粉	
17	火	ごはん 枝豆の豆腐ミンチカツ 菜っ葉あえ ひじきのいため煮	枝豆の豆腐ミンチカツ とり肉 厚揚げ 大豆	牛乳 ひじき	三種菜めしの素 にんじん さやいんげん	キャベツ こんにゃく	精白米 強化米 さとう	油
18	水	(ごはん) フィッシュカツ丼 阿波っ子ナムル ハニーピーナッツ	フィッシュカツ 卵	牛乳 わかめ	にんじん ねぎ 小松菜	たまねぎ 干しいたけ もやし すだち酢	精白米 強化米 さとう	ごま油 ハニーピーナッツ
19	木	ごはん とり肉のかおりあげ ミニトマト 徳島たっぷりみそ汁	とり肉 とうふ 油揚げ 赤みそ 白みそ	牛乳	ゆかり ミニトマト にんじん 小松菜 ねぎ	たまねぎ 生しいたけ	精白米 強化米 でんぶん さつまいも	油
20	金	ごはん さばのみぞれ煮 はくさいの付け合わせ じゃがいもと厚揚げのそぼろ煮	さばのみぞれ煮 豚肉 厚揚げ ちくわ	牛乳	にんじん	はくさい たまねぎ しょうが グリンピース	精白米 強化米 じゃがいも さとう	油
24	火	ごはん とり肉とキャベツのカレーソテー 大豆ごぼうミンチカツ	とり肉 ベーコン 大豆ごぼうミンチカツ	牛乳	にんじん さやいんげん	キャベツ たまねぎ ヤングコーン	精白米 強化米	カレーパウダー 油
25	水	ごはん 肉じゃが おひたし ヨーグルト	豚肉 さつまあげ がんもどき	牛乳 ヨーグルト	にんじん	たまねぎ こんにゃく えだまめ はくさい	精白米 強化米 じゃがいも さとう	油
26	木	ごはん 小さいわしのフライ ポイルキャベツ ウスターソース 高野豆腐の卵とじ	小さいわしフライ 高野豆腐 とり肉 かまぼこ 卵	牛乳	にんじん	キャベツ たまねぎ グリンピース 干しいたけ	精白米 強化米 さとう	油
27	金	食パン 大豆ペースト 焼きビーフン えだまめサラダ ごまドレッシング 冷凍みかん	豚肉 いか えび	牛乳	にんじん	キャベツ たまねぎ きゅうり えだまめ とうもろこし みかん	食パン ビーフン	大豆ペースト 油 ごま油 ごまドレッシング
30	月	ごはん いかのフリッター ゆかりづけ 豚肉とごぼうの炒め煮	いかのフリッター 豚肉 さつまあげ	牛乳	ゆかり にんじん さやいんげん	キャベツ ごぼう こんにゃく	精白米 強化米 さとう	油 白みそ

は、食育の日の献立です。今月の徳島たっぷりみそ汁には徳島産のさつまいも、生しいたけ、ねぎを使用しています。徳島の食材を美味しくいただきます。