

徳島市中学校給食予定献立表

令和7年6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		働け力や熱になる	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群
2月	ごはん 牛乳 いわしの梅煮 塩昆布あえ れんこんの炒め煮	いわしの梅煮 豚肉 さつまあげ	牛乳 塩昆布	にんじん さやいんげん	キャベツ れんこん こんにやく	精白米 強化米 さとう	油 白ごま ごま油
3火	ごはん 牛乳 ちくわの二色揚げ みそ汁 (お魚)	ちくわ 卵 とうふ 油揚げ 赤みそ 白みそ	牛乳 青のり粉	かぼちゃ にんじん ねぎ	たまねぎ	精白米 強化米 でんぷん 小麦粉	油
4水	ごはん 牛乳 焼肉 信田煮	豚肉 赤みそ 白みそ 信田煮	牛乳	ピーマン にんじん	たまねぎ キャベツ りんご にんにく	精白米 強化米 さとう	油 黒ごま ごま油
5木	(ごはん) 牛乳 キムチ丼 肉入り春巻き	豚肉 肉入り春巻き	牛乳	にら にんじん	キムチ しょうが もやし はくさい たまねぎ にんにく	精白米 強化米 さとう	油 ごま油 白ごま
6金	ごはん 牛乳 新じゃがのそぼろ煮 グリーンアスパラとコーンのごましょうゆ 豆乳プリンタルト	豚肉 ちくわ	牛乳	にんじん グリーンアスパラガス	しょうが たまねぎ グリーンピース とうもろこし	精白米 強化米 じゃがいも さとう 豆乳プリンタルト	油 白ごま
9月	ごはん 牛乳 筑前煮 大豆とちりめんのあげに	とり肉 ちくわ 大豆	牛乳 ちりめん	にんじん さやいんげん	れんこん ごぼう たけのこ こんにやく しょうが	精白米 強化米 さとう でんぷん	油 白ごま
10火	ごはん 牛乳 さばのみぞれ煮 ゆかりづけ 高野豆腐の卵とじ	さばのみぞれ煮 高野豆腐 とり肉 かまぼこ 卵	牛乳	ゆかり にんじん	キャベツ たまねぎ 干しいたけ えだまめ	精白米 強化米 さとう	
11水	(ごはん) 牛乳 中華丼 とりしゅうまい ミックスナッツ	豚肉 えび いか とりしゅうまい	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 でんぷん	油 ごま油 ラー油 ピーナッツ カシューナッツアーモンド
12木	ごはん 牛乳 ポークビーンズ 野菜サラダ マヨネーズ	大豆 豚肉	牛乳	にんじん パセリ トマトピューレ	たまねぎ キャベツ とうもろこし	精白米 強化米 じゃがいも さとう	油 バター 生クリーム マヨネーズ
13金	ごはん 牛乳 豚肉とうすら卵の野菜炒め 揚げぎょうざ	豚肉 うすら卵 赤みそ ぎょうざ	牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ キャベツ	精白米 強化米 さとう	油 白ごま
16月	ごはん 牛乳 ぶりフライ ポイルキャベツ ウスターソース ひじきのり そば米汁	ぶりフライ とり肉 とうふ ちくわ 油揚げ	牛乳 ひじきのり	にんじん ねぎ	キャベツ 干しいたけ	精白米 強化米 そば米	油
17火	ごはん 牛乳 マーボーれんこん 海藻サラダ オニオンドレッシング	豚肉 赤みそ	牛乳 わかめ	にんじん	しょうが にんにく れんこん たまねぎ 生しいたけ グリンピース キャベツ とうもろこし	精白米 強化米 さとう でんぷん	油 ごま油 ラー油 オニオンドレッシング
18水	ごはん 牛乳 肉じゃが おひたし プリン	豚肉 さつまあげ がんもどき	牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにやく はくさい	精白米 強化米 じゃがいも さとう プリン	油
19木	ごはん 牛乳 とり肉のからあげ ミニトマト レタスのスープ	とり肉 ベーコン	牛乳	ミニトマト にんじん パセリ	しょうが レタス たまねぎ	精白米 強化米 でんぷん	油
20金	ごはん 牛乳 親子煮 きゅうりとわかめの酢の物 キャンディチーズ	とり肉 がんもどき ちくわ 卵	牛乳 わかめ チーズ	にんじん	たけのこ 干しいたけ たまねぎ グリンピース きゅうり キャベツ	精白米 強化米 さとう	油
23月	ごはん 牛乳 コロッケ ポイルキャベツ ウスターソース ひじきの炒め煮	とり肉 厚揚げ 大豆	牛乳 ひじき	にんじん さやいんげん	キャベツ こんにやく	精白米 強化米 コロッケ さとう	油
24火	(ごはん) 牛乳 カレーライス フルーツカクテル	豚肉	牛乳 脱脂粉乳	にんじん	たまねぎ グリンピース にんにく みかん パイナップル 黄桃	精白米 強化米 じゃがいも 三色ゼリー	カレーうどん 油
25水	ごはん 牛乳 さらわのすだち風味 豚汁 (大豆)	さらわ 豚肉 厚揚げ 赤みそ 白みそ	牛乳	にんじん ねぎ	すだち酢 ごぼう こんにやく 大根	精白米 強化米 でんぷん さとう	油
26木	ごはん 牛乳 和風ハンバーグ ポイルキャベツ 五目スープ	ハンバーグ ベーコン とうふ	牛乳 わかめ	にんじん	しょうが キャベツ たまねぎ	精白米 強化米 さとう はるさめ	白ごま
27金	パ ン いちごジャム 牛乳 スパゲティミートソース えだまめサラダ ごまドレッシング	豚肉	牛乳	にんじん トマトピューレ	たまねぎ マッシュルーム グリーンピース にんにく キャベツ えだまめ とうもろこし	パン いちごジャム スパゲティ	油 ごまドレッシング
30月	ごはん 牛乳 小いわしのフライ 菜っ葉あえ ポテトスープ	小いわしフライ とり肉 卵	牛乳	三種菜めしの素 にんじん ねぎ	キャベツ たまねぎ とうもろこし	精白米 強化米 じゃがいも	油

は、食育の日の献立です。今月は米、牛乳、とり肉、ミニトマト、にんじん、たまねぎが徳島県産の予定です。美味しくいただきますよう。