

令和7年9月神山町中学校予定献立表

令和7年9月神山町中学校予定献立表					ざ い りょ う め い				
					あか	みどり	き	エネルギー	
日	曜	主 食	牛乳	つ き 物	お か ず	血・筋肉・骨をつくる	体のはたらきをよくする	力や体温のもとになる	kcal
1	月	(ごはん)	○	ジョア (マスカット)	ドライカレー わかめとツナのサラダ	牛乳 豚肉 ツナ まめミンチ わかめ ジョア	にんじん たまねぎ ブロッコリー なす しょうが にんにく キャベツ	精白米 油 ドレッシング	840
2	火	こがた チーズパン	○		なす入りナポリタン グリーンサラダ	牛乳 ベーコン チーズ	にんじん ピーマン トマト ブロッコリー コーン なす たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり	パン スパゲティ 油 ドレッシング	774
3	水	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 キャベツ きゅうり こんにゃく	精白米 さとう 油 じゃがいも	760
4	木	こがた こくとうパン	○		手作りグラタン チンゲンサイのスープ	牛乳 とり肉 ベーコン チーズ	にんじん ほうれん草 たまねぎ チンゲンサイ マッシュルーム	パン 黒糖 マカロニ パン粉 でんぷん はるさめ バター 生クリーム	758
5	金	ごはん	○		いわし入りハンバーグのてりやき うめあえ 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 たまねぎ ねぎ 梅 こんにゃく ごぼう キャベツ きゅうり たけのこ えだまめ	精白米 さとう 油 ごま油 ごま でんぷん	761
8	月	ごはん	○		さわらのゆずみそかけ いそかあえ かきたま汁	牛乳 さわら みそ とうふ たまご わかめ 塩昆布 なるとまき	にんじん キャベツ きゅうり たまねぎ えのき	精白米 さとう ごま	752
9	火	(切りこみ コッペパン)	○	マヨネーズ	セルフツナサンド キャロットポタージュ	牛乳 とり肉 ツナ 白いんげん	にんじん キャベツ たまねぎ きゅうり えだまめ	パン じゃがいも マヨネーズ	782
10	水	(ごはん)	○		豚丼 酢の物	牛乳 豚肉 かまぼこ わかめ	にんじん たまねぎ ねぎ こんにゃく キャベツ きゅうり	精白米 さとう 油	755
11	木	まっちゃんパン	○		チキンピーンズ イタリアンサラダ	牛乳 とり肉 大豆	にんじん トマト たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり コーン	パン さとう じゃがいも バター ドレッシング	750
12	金	ごはん	○		焼肉風野菜炒め かぼちゃのみそ汁	牛乳 豚肉 とうふ 油揚げ みそ	にんじん かぼちゃ 万願寺とうがらし たまねぎ キャベツ にんにく えのき	精白米 さとう 油 でんぷん ごま	847
16	火	～ 給食はありません ～							
17	水	(ごはん)	○		親子丼 シャキシャキごまあえ	牛乳 とり肉 たまご かまぼこ	にんじん ねぎ 小松菜 たまねぎ キャベツ もやし れんこん	精白米 さとう ごま	756
18	木	(切りこみ まるパン)	○	タルタル ソース	セルフフィッシュサンド (白身魚フライ・ボイルキャベツ) ポテトスープ	牛乳 ホキ ベーコン	にんじん たまねぎ チンゲンサイ キャベツ	パン 小麦粉 パン粉 じゃがいも 油 タルタルソース	754
19	金	ごはん	○		マーボー豆腐 ナムル	牛乳 豚肉 とうふ まめミンチ みそ チキンハム	にんじん 小松菜 たけのこ たまねぎ しょうが にんにく グリーンピース もやし	精白米 さとう でんぷん ごま油	796
22	月	ごはん	○		いわしの梅煮 きゅうりの香り漬け 豚汁	牛乳 豚肉 いわし とうふ 油揚げ みそ	にんじん たまねぎ 梅 きゅうり こんにゃく	精白米 さとう さつまいも ごま油	754
24	水	ごはん	○		ホイコーロー ショールンポー	牛乳 豚肉 みそ	にんじん ピーマン たまねぎ たけのこ しいたけ キャベツ にんにく しょうが	精白米 さとう 小麦粉 油	849
25	木	全粒粉パン	○		ミートボールシチュー れんこんとブロッコリーのサラダ	牛乳 ツナ ミートボール	にんじん たまねぎ ブロッコリー コーン れんこん	パン 全粒粉 じゃがいも バター ごま 生クリーム ドレッシング	863
26	金	チキンライス	○		かぼちゃひき肉サンドフライ コンソメスープ	牛乳 豚肉 とり肉 ベーコン	にんじん かぼちゃ たまねぎ コーン キャベツ しめじ グリーンピース	精白米 押し麦 小麦粉 パン粉 油 バター	838
29	月	ごはん	○	ソース	塩こうじチキンカツ ボイル野菜 ふしめん汁	牛乳 とり肉 油揚げ ちくわ	にんじん キャベツ だいこん たまねぎ しいたけ	精白米 小麦粉 パン粉 ふしめん 油	766
30	火	スイート パン	○		とり肉のバーベキューソース 粉ふき芋お茶風味 トマトと卵のスープ	牛乳 とり肉 ベーコン たまご	ねぎ トマト りんご にんじん たまねぎ しょうが にんにく たけのこ チンゲンサイ	パン さとう バター じゃがいも 生クリーム	753
☆☆ 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、きゅうり・なす・万願寺とうがらし・かぼちゃ・しいたけ・お茶・すだち酢・ゆず酢の 予定です。								平均 (基準値中学生: 830)	785