

令和8年1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	みどり	き	
8	木	こくとうパン	○	マイティソース	ぶりキャベツカツ ボイル野菜 ほうれん草と卵のスープ	牛乳 ぶり とうふ たまご ベーコン	にんじん ほうれん草 ブロッコリー キャベツ たまねぎ	パン 黒糖 小麦粉 パン粉 油	772
9	金	ごはん	○		☆とりすき焼き だいこんなます	牛乳 とり肉 焼き豆腐	にんじん 京ねぎ 白菜 干しいたけ だいこん れんこん こんにゃく	精白米 さとう 油 焼き麩 ごま	755
13	火	ナン	○		ドライカレー ★フルーツポンチ	牛乳 豚肉 まめミンチ	にんじん たまねぎ しょうが にんにく えだまめ みかん 黄桃	ナン じゃがいも さとう ゼリー ナタデココ 油	811
14	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 だいこん れんこん ごぼう	精白米 さとう	839
15	木	チーズパン	○		☆とり肉ときのこのクリーム煮 イタリアンサラダ	牛乳 とり肉 チーズ	にんじん たまねぎ しめじ 干しいたけ マッシュルーム コーン キャベツ きゅうり	パン じゃがいも 油 生クリーム ドレッシング	757
16	金	ごはん	○		いわしの梅煮 いそかあえ れんこんのきんぴら	牛乳 いわし 豚肉 さつまあげ 塩昆布	にんじん いんげん ほうれん草 キャベツ れんこん たけのこ 梅 こんにゃく	精白米 さとう 油 ごま	790
19	月	★わかめ ごはん	○		肉じゃが ゆずの香りごまあえ	牛乳 豚肉 わかめ がんもどき ちりめん 糸かまぼこ	にんじん いんげん 小松菜 たまねぎ キャベツ こんにゃく	精白米 さとう 油 じゃがいも ごま	790
20	火	チョコチップ パン	○		チキンナゲット もやしとコーンのサラダ ポテトスープ	牛乳 とり肉 おかから	にんじん きゅうり もやし チンゲンサイ コーン たまねぎ	パン さとう 小麦粉 じゃがいも バター 油 ドレッシング	823
21	水	ごはん	○		☆シャアシャン豆腐 ナムル	牛乳 豚肉 厚揚げ みそ チキンハム	にんじん 小松菜 しょうが にんにく たまねぎ グリンピース もやし 干しいたけ	精白米 さとう 油 でんぷん ごま油	783
22	木	こがたうさぎ キヤロットパン	○		スペゲティミートソース だいこんとツナのサラダ	牛乳 豚肉 ツナ チーズ	にんじん たまねぎ グリンピース きゅうり たまねぎ	パン さとう 油 スペゲティ ドレッシング	755
23	金	ごはん	○		★とり肉のねぎソース ゆかりあえ みそ汁	牛乳 とり肉 とうふ 油揚げ みそ	にんじん ねぎ もやし しょうが キャベツ たまねぎ だいこん	精白米 さとう 油 でんぶん	809
26	月	～徳島県の郷土料理～ ごはん	○		でこまわし おひたし かきたま汁	牛乳 厚揚げ みそ かつお節 とうふ たまご なるとまき	にんじん ほうれん草 しょうが こんにゃく 白菜 たまねぎ	精白米 さとう じゃがいも	771
27	火	～徳島を味わう献立～ なると金時 パン	○	ソース	徳島県産ぼうぜフライ ボイル野菜 冬野菜のクリーム煮	牛乳 とり肉 ぼうぜ	にんじん だいこん プロッコリー キャベツ ほうれん草 白菜	パン さとう 小麦粉 パン粉 さつまいも 油 生クリーム	806
28	水	～徳島県の郷土料理～ (ごはん)	○		親子丼 ならあえ	牛乳 とり肉 たまご かまぼこ 油揚げ	にんじん ねぎ たまねぎ れんこん だいこん しいたけ こんにゃく	精白米 さとう ごま	794
29	木	～神山いっぽい献立～ こがた 食パン	○	りんご ジャム	◆神山の野菜たっぷりみそ ラーメン 中華風サラダ	牛乳 豚肉 ささみ みそ わかめ	にんじん にら もやし キャベツ しいたけ 京ねぎ コーン きゅうり	パン さとう ジャム 中華めん ごま油 ドレッシング	741
30	金	～徳島県の郷土料理～ 金時豆入り ばら寿司	○		豆腐ハンバーグのてりやき けんちん汁	牛乳 とり肉 とうふ 金時豆 かまぼこ 高野豆腐 油揚げ	にんじん いんげん たまねぎ だいこん ごぼう こんにゃく	精白米 さとう パン粉 でんぶん さといも 油 ごま油	765

☆☆ 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。 ★★
※1月の神山町産は、白菜・だいこん・キャベツ・ほうれん草・京ねぎ・小松菜・しいたけ・すだち酢・ゆず酢の予定です。

平均
(基準値中学生:830)

785

～リクエスト給食 アンケート結果～

給食を食べることも残りわずかとなった神山中の3年生に、給食のリクエストを聞きました。

ごはん・パン部門

- 1位 揚げパン
- 2位 カレーライス
- 3位 わかめごはん

おかず部門

- 1位 とり肉のからあげ/ねぎソース
- 2位 ツナとポテトのチーズ焼き
- 3位 肉わかめうどん

デザート部門

- 1位 お米のタルト
- 2位 フルーツポンチ
- 3位 クレープ

1月～3月に実施する予定です♪
(献立表に★がついています)