

令和8年10月神山町中学校予定献立表

令和8年10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	木	こがたうさぎ キャロットパン	○		ハムチーズピカタ ドレッシングあえ ミネストローネ	牛乳 たまご ハム チーズ とり肉 だいず	キャベツ にんじん たまねぎ しめじ トマト にんにく	パン さとう ドレッシング じゃがいも バター	702
2	金	ごはん	○		カレー肉じゃが 酢の物	牛乳 豚肉 さつまあげ わかめ	たまねぎ にんじん こんにやく えだまめ キャベツ きゅうり	米 油 じゃがいも さとう	745
5	月	ごはん	○		いわしのおかか煮 梅あえ かきたま汁	牛乳 いわし とうふ なたまき たまご かつおぶし	きゅうり 梅 にんじん たまねぎ しいたけ	米	726
6	火	こがた まるパン	○	りんご ジャム	和風スパゲティ グリーンサラダ	牛乳 ツナ	しめじ 小松菜 にんじん たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり コーン ブロッコリー	パン ジャム スパゲティ 油 ドレッシング	684
7	水	(ごはん)	○		春巻き 中華丼	牛乳 豚肉 えび いか	しょうが たまねぎ はくさい もやし しいたけ にんじん たけのこ にんにく キャベツ	米 油 でんぷん ごま油 はるさめ 小麦粉 米粉	874
8	木	全粒粉パン	○		とり肉ときのこのクリーム煮 コーンサラダ	牛乳 とり肉 生クリーム	しめじ しいたけ マッシュルーム コーン たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり	パン 全粒粉 じゃがいも 油 ドレッシング	753
9	金	ごはん	○		高野豆腐のたまごとじ ゆず酢あえ	牛乳 とり肉 高野豆腐 かまぼこ たまご ちりめん	にんじん たまねぎ しいたけ えだまめ 小松菜 キャベツ	こめ さとう	763
13	火	チーズパン	○		チキンビーンズ ミモザサラダ	チーズ 牛乳 とり肉 だいず たまご	たまねぎ にんじん トマト にんにく キャベツ ブロッコリー	パン じゃがいも さとう バター	714
14	水	ごはん	○	ソース	鮭のなかおち野菜カツ いんげんのおかかあえ すまし汁	牛乳 さけ とうふ かつおぶし ちくわ わかめ	いんげん にんじん たまねぎ えのき キャベツ	米 油 さとう パン粉 小麦粉 マヨネーズ	779
15	木	こがた まっちゃんパン	○		肉わかめうどん 切り干し大根のツナあえ	牛乳 豚肉 油あげ かまぼこ わかめ ツナ	たまねぎ にんじん ねぎ 切り干し大根 小松菜 キャベツ	パン バター さとう うどん	718
16	金	ごはん	○		五目たまごやき チンゲンサイともやしのあえもの さつま汁	牛乳 豚肉 たまご とり肉 とうふ みそ	もやし チンゲンサイ たまねぎ にんじん だいこん	米 さとう さつまいも	774
21	水	豚キムチ チャーハン	○		わかめスープ ★さつまいも入りお茶マフィン	牛乳 豚肉 とうふ たまご わかめ	にら にんじん キムチ たまねぎ えのき	米 押し麦 米粉 さとう ごま油 バター 生クリーム さつまいも ホットケーキミックス	883
22	木	(切り込み コッペパン)	○		セルフカレーミートサンド ABCスープ	牛乳 豚肉 だいず ベーコン	たまねぎ にんじん えだまめ キャベツ コーン	パン 油 バター さとう マカロニ	801
23	金	～給食はありません～							
26	月	ごはん	○		豆腐の中華煮 パンサンスー	牛乳 とうふ 豚肉 とり肉 たまご	たまねぎ にんじん たけのこ チンゲンサイ しいたけ キャベツ きゅうり	こめ さとう でんぷん ごま油 油 マロニー	835
27	火	(切りこみ まるパン)	○	スライス チーズ	セルフチーズハンバーガー (ハンバーグのケチャップソース・ ポイルキャベツ) レタススープ	牛乳 豚肉 とり肉 わかめ チーズ	キャベツ レタス にんじん たまねぎ しいたけ	パン さとう でんぷん	768
28	水	(ごはん)	○		豚丼 シャキシャキごまあえ	牛乳 豚肉 かまぼこ	こんにやく たまねぎ にんじん ねぎ 小松菜 キャベツ もやし れんこん	こめ 油 さとう ごま	755
29	木	こめっこパン	○		かぼちゃのミートグラタン 五目スープ	牛乳 豚肉 生クリーム チーズ とり肉	かぼちゃ たまねぎ エリンギ にんじん トマト チンゲンサイ	パン 油 バター マロニー 米粉 さとう パン粉	814
30	金	ごはん	○		チキンチキンごぼう みそ汁	牛乳 とり肉 とうふ 油あげ みそ	ごぼう えだまめ たまねぎ にんじん だいこん	米 でんぷん 油 さとう	847
☆☆ 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。 ☆☆								平均 (基準値小学校中学年: 650) (基準値中学生: 830)	775

2026 10/17 10:00～16:00

メイン会場 JRホテルクレメント徳島3F・4F

サブ会場 徳島駅クレメントプラザ2F・4F・5F

入場無料

知って食べて育む/徳島の食文化

徳島県産食育推進大会

阿部一二三 トークショー

オープニングゲスト 犬飼 貴文

徳島県農林水産部 生産流通課