令和7年度 **掲示用　　9月　給　食　献　立　表（中学校）**

白鷹町学校給食共同調理場

日	曜日	料理名	ちょうりじょうからおしらせ	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	ｴﾈﾙｷﾞｰ[kcal]	蛋白質[g]
1	月	ごはん・ぎゅうにゅう・塩から揚げ・切干大根煮・にらたましる	いつものしょうゆあじをちょっとかえてしおあじのからあげとにくじゃがです♪	ぎゅうにゅう・とりにく・あぶらあげ・ほたて・とうふ・たまご・かまぼこ	ごはん・さとう・ごまあぶら・かたくりこ・こめこ・あぶら・しらたき	にんにく・きりぼしだいこん・にんじん・にら	858	36.5
2	火	ごはん・ぎゅうにゅう・厚焼きき玉子・じゃがいものチーズ煮・キャベツとにく団子のスープ		ぎゅうにゅう・あつやきたまご・ベーコン・チーズ・ミートボール	ごはん・じゃがいも・あぶら・はるさめ	ホールコーン・たまねぎ・にんじん・グリンピース・キャベツ・ねぎ	776	27.2
3	水	学年行事						
4	木	学年行事						
5	金	学年行事						
8	月	ごはん・ぎゅうにゅう・彩りやさいとキャベツのミンチカツ・炒めビーフン・華風コーンスープ・のり佃煮		ぎゅうにゅう・キャベツのミンチカツ・ぶたにく・とりにく・たまご・のりつくだに	ごはん・あぶら・ビーフン・ごまあぶら・あぶら・かたくりこ	キャベツ・にんじん・ピーマン・ほししいたけ・しょうが・ねぎ・ホールコーン	908	32.0
9	火	みそラーメン・ぎゅうにゅう・蒸し棒ぎょうざ・ツナとほうれん草のサラダ	●ぎょうざ 小1ヶ 中2ヶ	ぶたにく・ぎゅうにゅう・ぼうぎょうざ・ツナ	ちゅうかめん・ごま・バター	キャベツ・ねぎ・しなちく・ホールコーン・ほうれんそう・にんじん・もやし	856	37.7
10	水	食パン・ぎゅうにゅう・チキンナゲット・カミカミサラダ・クラムチャウダー・オレンジ・チョコクリーム	●ナゲット 小2ヶ 中3ヶ	ぎゅうにゅう・チキンナゲット・こんぶ・とりにく・あさり・ベーコン	パン・マヨネーズ・ごまドレッシング・じゃがいも・理研)ベシャメルソースCaFe・バター・こめこ・チョコクリーム	ごぼう・にんじん・たまねぎ・オレンジ	995	34.8
11	木	ごはん・ぎゅうにゅう・ぶたキムチ丼・ゆかりあえ・なめこのみそしる・ベビーチーズ	●チーズ 2ヶ	ぎゅうにゅう・ぶたにく・たまご・とうふ・にぼしこ・チーズ	ごはん・ごまあぶら・さとう・ごま	しょうが・キムチ・ねぎ・キャベツ・もやし・にら・きゅうり・にんじん・なめこ・だいこん	795	34.7
12	金	ごはん・ぎゅうにゅう・あじのなんばんづけ・やさいおかかあえ・高野豆腐とこまつなのみそしる		ぎゅうにゅう・あじ・ちくわ・かつおぶし・こうやどうふ・あぶらあげ・にぼしこ	ごはん・かたくりこ・あぶら・さとう	ねぎ・ほうれんそう・にんじん・もやし・こまつな	716	32.0
16	火	ごはん・ぎゅうにゅう・とりにくのレモンづけ・3色ごまあえ・大根と打ち豆のみそしる・お魚ふりかけ		ぎゅうにゅう・とりにく・あぶらあげ・うちまめ・にぼしこ	ごはん・かたくりこ・あぶら・さとう・ごま	レモン・ほうれんそう・もやし・キャベツ・にんじん・だいこん	907	35.0
17	水	コッペパン・ぎゅうにゅう・きのこの和風ペンネ・キャベツとコーンのごまドレサラダ・コンソメスープ		ぎゅうにゅう・ベーコン	パン・オリーブオイル・ペンネ・ごま・さとう・あぶら	たまねぎ・にんにく・しめじ・えのきたけ・キャベツ・ブロッコリー・にんじん・ホールコーン・こまつな	752	26.4
18	木	ごはん・ぎゅうにゅう・大豆とごぼうのメンチカツ・調理場のだし・豆腐と春雨のスープ		ぎゅうにゅう・だいずとごぼうのミンチカツ・とりにく・とうふ	ごはん・あぶら・はるさめ	きゅうり・なす・みょうが・オクラ・しょうが・ねぎ	737	25.6
19	金	ごはん・ぎゅうにゅう・さばのかっぽうづけ・ひじきの炒り煮・とんじる		ぎゅうにゅう・さば・とりひきにく・さつまあげ・ひじき・あおばたまめ・ぶたにく・とうふ	ごはん・あぶら・しらたき・さとう・じゃがいも・こんにゃく	にんじん・だいこん・ごぼう・ねぎ・にんにく	826	34.4
22	月	ごはん・ぎゅうにゅう・マーボー夏ベジ丼・コーンシューマイ・もやしとハムのからしあえ・ミルメークコーヒー		ぎゅうにゅう・ぶたにく・しゅうまい・ハム	ごはん・あぶら・じゃがいも・さとう・かたくりこ・ごまあぶら・はるさめ・ミルメークコーヒー	なす・ピーマン・しょうが・にんにく・にんじん・たまねぎ・ズッキーニ・もやし・きくらげ・きゅうり	815	27.5
24	水	食パン・ぎゅうにゅう・たまごサンドの具・ミニオンズポテト・ミネストローネ・ヨーグルト	●ミニオンズポテト 小1ヶ 中2ヶ ●ヨーグルト:学配	ぎゅうにゅう・たまご・ハム・ベーコン・ひよこまめ・ヨーグルト	パン・マヨネーズ・さとう・ミニオンズポテト ・マカロニ・じゃがいも・オリーブオイル	ホールコーン・きゅうり・たまねぎ・にんじん・キャベツ・セロリ・トマトみずに・にんにく	972	30.4
25	木	ごはん・ぎゅうにゅう・チーズインハンバーグ・かいそうサラダ 米粉のつぶコーンスープ・お米のタルト ＊白鷹中リクエストこんだて＊	●タルト:学配	ぎゅうにゅう・チーズインハンバーグ・かいそうサラダ・わかめ・ハム・ベーコン	ごはん・ごまあぶら・こめこ・バター・お米のタルトふれんず)ふれんず)	もやし・きゅうり・たまねぎ・クリームコーン・ホールコーン	882	25.8
26	金	ごはん・ぎゅうにゅう・チキンカレー・オムレツ・オレンジ		ぎゅうにゅう・とりにく・オムレツ	ごはん・あぶら・じゃがいも・カレールウ	たまねぎ・にんじん・にんにく・オレンジ	892	31.6
29	月	休業日						
30	火	休業日						

日	曜日	料 理 名	ちょうりじょうから おしらせ	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	ｴﾈﾙｷﾞｰ [kcal]	蛋白質 [g]