

令和7年度 9月 給食献立表

国富町立学校給食共同調理場

日 (曜日)	行事等	☆献立名☆	主に体の組織をつくる(赤)		主に体の調子を整える(緑)		主にエネルギーになる(黄)		調味料	小学校 エネルギー (Kcal) たんぱく質(g)	中学校 エネルギー (Kcal) たんぱく質(g)	
			1群 卵・魚・肉・豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 米・パン・めん・いも・砂糖	6群 油脂				
1 (月)		麦ご飯 米粉のキーマカレー フレンチサラダ	とりにく ハム	牛乳	にんじん にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり	あおまめ ぶなしめじ にんにく	こめ むぎ じゃがいも さとう	サラダあぶら ソイバター サラダあぶら	さけ とりがらスープ こめこカレーフレーク さけ トウバンジャン ようふうスープストック ピーマンドレッシング	593 23.2	764 28.7
2 (火)		減量麦ご飯 ジャージャー麺 グリーンサラダ	ぶたにく みそ ハム	牛乳	にんじん いんげん	ねぎ キャベツ きゅうり	たまねぎ キャベツ コーン	こめ むぎ さとう ラーメン	サラダあぶら	さけ しょうゆ トウバンジャン ようふうスープストック ピーマンドレッシング	593 22.7	775 28.2
3 (水)		コッペパン ポトフ 青豆サラダ	とりにく ポークピツツ ツナ(水煮)	牛乳	にんじん にんじん	ブロッコリー	たまねぎ キャベツ ぶなしめじ	コッペパン じゃがいも エッグケアマヨネーズ		さけ とりがらスープ しょうゆ しお こしょう しお こしょう	562 29.3	715 36.8
4 (木)		麦ご飯 キムチ汁 豚肉の生姜焼き	あつあげ みそ ぶたにく	牛乳	にんじん にら	えのきだけ キャベツ	はくさいキムチ ぶなしめじ キャベツ	こめ むぎ じゃがいも さとう でんぶん	サラダあぶら	にほしだし さけ みりん しょうゆ	554 25.6	713 31.7
5 (金)		麦ご飯 のっつい汁 タラのごま揚げ煮 きゅうりの塩昆布和え	とりにく あぶらあげ タラ	牛乳 しおこんぶ	にんじん しおこんぶ	ねぎ	こんにゃく きゅうり	こめ むぎ さといも でんぶん さとう でんぶん ごめこ	なたねあぶら ごま みりん しょうゆ	にほしだし しょうゆ しお みりん しょうゆ	573 24.7	738 30.6
8 (月)		麦ご飯 麻婆豆腐 ほうれん草のごま和え	とうふ ぶたにく みそ とりにく	牛乳	にら ほうれんそう	たまねぎ にんじん もやし	たけのこ コーン	こめ むぎ さとう でんぶん さとう	ごまあぶら サラダあぶら	さけ みりん しょうゆ オイスターソース しょうゆ す	589 27.5	759 34.2
9 (火)		減量麦ご飯 五目うどん 小松菜のナムル	とりにく かまぼこ(イヨリ・タラ) ちくわ	牛乳	にんじん ちりめん	ねぎ こまつな	だいこん にんじん もやし	こめ むぎ うどん	ごまあぶら ごま	さけ しょうゆ しお みりん あつけずりだし しお こしょう	506 25.5	661 31.9
10 (水)		黒糖パン ミートボールのデミグラス煮 みかんサラダ	ミートボール ハム	牛乳	にんじん	たまねぎ みかん	ぶなしめじ キャベツ	こくとうパン じゃがいも さとう さとう	サラダあぶら サラダあぶら	とりがらスープ ハヤシフレーク ケチャップ デミグラスソース しょうゆ ようふうスープストック こしょう さけ あかワイン す しょうゆ しお こしょう	579 23.8	741 29.7
11 (木)		麦ご飯 豆腐のみそ汁 三色そぼろ丼	とうふ あぶらあげ みそ とりにく スクランブルエッグ	牛乳	にんじん にんじん	ねぎ ねぎ	たまねぎ しいたけ	こめ むぎ じゃがいも さとう	サラダあぶら	にほしだし さけ みりん しょうゆ しお	628 30.4	810 38.0
12 (金)	かみかみ献立	麦ご飯 八宝菜 大豆と小魚の揚げ煮	ぶたにく かまぼこ(イヨリ・タラ) だいす	牛乳	にんじん にほしかえり	いんげん	たまねぎ にんじん きくらげ	こめ むぎ さとう でんぶん でんぶん さつまいも	サラダあぶら ごまあぶら なたねあぶら ごま	さけ とりがらスープ しょうゆ オイスターソース ちゅうかスープストック こしょう しょうゆ	626 29.2	807 36.4
16 (火)		麦ご飯 里芋のみそ汁 いわしのカボスレモン煮 キャベツのおひたし	とうふ あぶらあげ みそ いわしのカボスレモンに	牛乳	にんじん にんじん	こまつな ねぎ	ぶなしめじ キャベツ	こめ むぎ さといも さとう		にほしだし しょうゆ	566 21.7	703 24.8
17 (水)	ひむかの日献立	ミニミルクパン ひむかナポリタン ツナピーンズサラダ	ワインナー ツナ(水煮)ミックスピーンズ	牛乳	にんじん にんじん	ビーマントマト きゅうり	たまねぎ スパゲティ	ミルクパン スパゲティ エッグケアマヨネーズ	サラダあぶら	ケチャップ ウスターソース しお こしょう しお こしょう	623 25.5	812 32.4
18 (木)		麦ご飯 筑前煮 千切大根の酢の物	とりにく あつあげ ちくわ とりにく	牛乳 こんぶ	にんじん にんじん	いんげん にんじん	ごぼう れんこん せんぎりたいこん	こめ むぎ じゃがいも さとう さとう ごま	サラダあぶら サラダあぶら	さけ みりん しょうゆ す しょうゆ	560 26.2	720 32.6
19 (金)		麦ご飯 野菜とフォーのスープ 酢豚	ベーコン ぶたにく	牛乳	にんじん にんじん	チングンサイ ビーマン	しいたけ たまねぎ	こめ むぎ ひらめんピーフ(こめ・でんぶん) でんぶん さとう	なたねあぶら サラダあぶら	とりがらスープ しょうゆ しお こしょう さけ おしす しょうゆ ケチャップ オイスターソース	597 23.0	769 28.5
22 (月)		麦ご飯 春雨スープ キャベツのそぼろ炒め	ベーコン とりにく	牛乳 わかめ	にんじん にんじん	たまねぎ たまねぎ	コーン ぶなしめじ キャベツ	こめ むぎ はるさめ さとう でんぶん	ごまあぶら	とりがらスープ ちゅうかスープストック しょうゆ しお こしょう みりん しょうゆ さけ	548 20.9	706 25.6
24 (水)	世界の料理	コッペパン ロクロ BBQチキンティー	～アルゼンチン料理～	牛乳 ミックスピーンズ	にんじん にんじん	はうれんそう バセリ	コーン キャベツ えのきだけ	コッペパン さつまいも さとう でんぶん	サラダあぶら	とりがらスープ ようふうスープストック しお しお こしょう さけ しょうゆ レモンじる リンゴビューレ	543 25.8	691 32.2
25 (木)		麦ご飯 肉豆腐 梅おかか和え	ぶたにく とうふ かつおぶし	牛乳	にんじん にんじん	ねぎ ねぎ	たまねぎ キャベツ きゅうり	こめ むぎ さとう さとう	サラダあぶら	みりん しょうゆ さけ しょうゆ	551 26.6	709 33.1
26 (金)	郷土料理	麦ご飯 けんちん汁 チキン南蛮 そえキャベツ タルタルソース	あぶらあげ とりにく	牛乳	にんじん ほうれんそう	しいたけ キャベツ	こんにゃく キャベツ	こめ むぎ じゃがいも でんぶん さとう ノンエッグタルタルソース	ごまあぶら なたねあぶら	にほしだし しょうゆ しお さけ おしす しょうゆ しお	659 31.2	845 39.5
29 (月)	リクエスト献立	麦ご飯 中華コーンスープ ビビンバ	ベーコン ぶたにく	牛乳	にんじん ほうれんそう	パセリ	たまねぎ コーン えのきだけ	こめ むぎ さとう でんぶん	サラダあぶら ごまあぶら	とりがらスープ ちゅうかスープストック しお こしょう しょうゆ さけ しょうゆ コチジャン	542 21.8	697 26.9
30 (火)		麦ご飯 豚汁 ひじきの炒め煮	ぶたにく とうふ ひじき みそ とりにく だいす てんぶら(イヨリ・アジ)	牛乳 ひじき	にんじん にんじん	いんげん いんげん	たまねぎ にんじん しおたけ	こめ むぎ じゃがいも さとう	サラダあぶら みりん	さけ にほしだし みりん しょうゆ	545 27.8	702 34.6

【食品の原材料一覧】

商品名	原材料	商品名	原材料
エッグケアマヨネーズ	食用植物油脂(なたね・大豆)、醸造酢、食塩、砂糖、粉末状植物性たん白(大豆)、香辛料(マスタード)、酵母エキスパウダー/増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、調味料(有機酸等)、香辛料抽出物・水	デミグラスソース	ブランウル(小麦粉、ラード)、トマトペースト、ソテードオニオン(たまねぎ・大豆油)、チキンエキス、にんじん、砂糖、酵母エキス、でん粉(とうもろこし)、食塩、香辛料(黒こしょう)、水
ソイバター	植物油脂(大豆油、バーム核油)、バーム油(ヒマワリ油)若しくはシードルバーム油)、豆乳クリーム、豆乳、大豆粉、食塩	ポークピツツ	豚肉、豚脂肪、でん粉、植物性たん白(大豆)、水あめ、ぶどう糖、食塩、香辛料、酵母エキス、グルタミン酸Na、リン酸塩(Na)、ビタミン、亜硝酸Na、くん液、その他
米粉のカレーフレーク	米粉、砂糖、ぶどう糖、食用油脂(ラード・バーム油)、食塩、カレー粉、オニオンパウダー、トマトペースト、ガーリックパウダー、酵母エキス/カラメル色素	ピーマンドレッシング	調味料(小麦)、しょうゆ(小麦、大豆)、食用植物油脂(大豆、ななつ)、ピーマン、砂糖、カツオだし(豚肉)、にんにく、カラメル抽出物
ハヤシフレーク(Fハイシルウ)	小麦粉、食用油脂(ラード・バーム油)、食塩、糖類(砂糖・ぶどう糖)、トマトペースト、オニオンパウダー(脱脂大豆、ぶどう糖)ガーリックパウダー、香辛料(ペッパー・コーンパウダー・米粉・シナモン・ローレル)、酵母エキスパウダー/カラメル色素	白菜キムチ	はくさい、食塩、調味料(にんにく、砂糖・異性化液糖、たんぱく加水分解物(大豆)、醸造酢、トマト、唐辛子、オニオン酒精/調味料(アミノ酸等)、酸味料、増粘多糖類、パブリカ色素、水)
スクランブルエッグ	鶏卵、だし汁(醤油、糖類、かつおエキス、煮干エキス、食塩)、でん粉、砂糖、食塩、植物油(なたね)	いわしカボスレモン煮	いわし、砂糖、しょうゆ(小麦、大豆)、かぼす果汁、レモン果汁、食塩・水
ミックスピーンズ	ひよこ豆、青えんどう豆、レッドキドニー	タルタルハーフ	食用植物油(なたね・コーン・バーム)、醸造酢、砂糖類(水あめ、砂糖)、ピクルス、大豆粉、食塩、粉末状植物性たん白(大豆)、乾燥たまねぎ、香辛料、酵母エキス、レモン果汁、にんにく精粉、乾燥バセリ/増粘多糖類、酸味料、香辛料抽出物、着色料(ウコン)、ミョウバン・水
中華スープストック	食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物(大豆、鶏肉、豚肉)、オニオンパウダー、ガーリックパウダー、魚醤パウダー、酵母エキスパウダー、植物油(ごま)、ジンジャーパウダー、調味動物油脂(豚脂、大豆)、こしょう、乳酸発酵酵母エキスパウダー、乳酸発酵トマトエキスパウダー、チキンパウダー/カラメル色素	ワインナー	豚肉、食塩、砂糖、香辛料(白コショウ、カルワイ、マスター)
カットラーメン	小麦粉、小麦たん白、食塩、でん粉、こんにゃく加工品/卵殻カルシウム・水	ミートボール	牛肉、豚肉、たまねぎ、パン粉、ソテードオニオン、鶏肉、でん粉、粉末状植物性たん白(大豆)、こしょう(小麦、大豆)、食塩、ビーフペイソン調味料、香辛料(黒こしょう)