

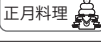

























《中学校》


1 月 分 予 定 献 立 表

令和7年度

都城学校給食センター

D コース	E コース	献 立 名		食 材 料				アレルギー表示		栄養価 エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	
		主食およびおかず		血や肉・骨になるもの (赤)	力やねつになるもの (黄)	からだの調子をととのえるもの (緑)	調味料・その他	★義務 8品目	☆推奨 20品目		
全給食日		牛 乳		牛 乳					乳	—	
8 木	9 金		ミルクパン	牛乳 脱脂粉乳	砂糖 ショートニング 小麦粉		塩 イースト	小麦 乳	—	829	
			たらとさつまいもの揚げ煮	たら (粉付)	米油 さつまいも 三温糖	青豆	濃口 みりん	小麦	大豆		
			彩り野菜スープ	魚そうめん	でん粉 さとう 水あめ 紅花油	にんじん たまねぎ スイートコーン しめじ ほうれんそう	野菜ブイヨン 淡口 塩	小麦	大豆	32.7	
9 金	8 木		白ご飯		米			—	—	714	
			筑前煮 	とり肉 厚揚げ	さといも じゃがいも 三温糖 米油	にんじん ごぼう こんにゃく 干しいたけ さやいんげん	濃口 淡口 みりん	小麦	鶏肉 大豆	26.2	
			紅白なます	油揚げ	三温糖 いりこま	だいこん にんじん ゆず	酢 淡口	小麦	大豆 ごま		
	13 火		チーズパン	脱脂粉乳 ナチュラルチーズ	小麦粉 砂糖 ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	—	808	
			チキンカチャトラ	とり肉 大豆	米油 じゃがいも 三温糖	たまねぎ にんじん エリンギ トマト パセリ	にんにく 白ワイン チキンスープ 丸鶏がらスープ ケチャップ ウスター デミグラス	小麦	鶏肉 大豆		
			ツナと切干大根のサラダ	まぐろ	卵不使用マヨネーズ 三温糖	切干大根 きゅうり にんじん	淡口 酢	小麦	大豆	34.9	
13 火	14 水		白ご飯		米			—	—	821	
			ヒレカツ 	豚肉 大豆	米油		しょうゆ 塩 香辛料	小麦	豚肉 大豆	26.9	
			野菜カレー		じゃがいも	たまねぎ にんじん 青豆	にんにく Fカレー カレーN 米粉のカレー ウスター	小麦	大豆		
14 水	15 木		グリーンサラダ		三温糖	きゅうり にんじん ブロッコリー	淡口 酢 青じそドレッシング	小麦	大豆		
			白ご飯		米			—	—	720	
			みそおでん 	とり肉 厚揚げ 昆布 赤みそ	三温糖 さといも	だいこん にんじん こんにゃく	みりん 淡口 煮干しだし 酒	小麦	鶏肉 大豆	27.1	
15 木	16 金		いなりサラダ	油揚げ	米油 三温糖	キャベツ きゅうり ブロッコリー にんじん	酢 淡口 塩	小麦	大豆		
			ミルクパン	牛乳 脱脂粉乳	砂糖 ショートニング 小麦粉		塩 イースト	小麦 乳	—	809	
			チキンチキンごぼう	絹厚揚げ 大豆	でん粉 米油 三温糖 でん粉 大豆油 なたね油	ごぼう にんじん 青豆	酒 濃口 みりん	小麦	鶏肉 大豆	35.9	
16 金			チンゲンサイのスープ	糸かまぼこ	でん粉 砂糖	にんじん しめじ チンゲンサイ ねぎ たまねぎ	中華だし 淡口 塩	小麦	大豆		
			白ご飯	たら	でん粉 砂糖		みりん 塩 かつおだし 昆布だし	—	—	753	
			マーボー豆腐	豚肉 大豆 みそ 豆腐	三温糖 でん粉	たまねぎ にんじん 干しいたけ にら	麻婆豆腐の素 濃口	小麦	豚肉 大豆 鶏肉 ゼラチン	30.7	
19 月	20 火		もやし炒め	大豆 魚肉	でん粉 砂糖 大豆油	たまねぎ キャベツ しめじ	塩	—	大豆		
			コッペパン	脱脂粉乳	小麦粉 砂糖 ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	—	765	
			いちごジャム		砂糖 水あめ	いちご	紅緑色素	—	—		
20 火	21 水		肉団子のスープ	くるま駄ととり肉の肉団子	じゃがいも	にんじん たまねぎ キャベツ パセリ	チキンスープ 野菜ブイヨン 塩 こしょう 淡口	小麦	鶏肉 大豆	28.5	
			スパゲティサラダ	色つきかまぼこ	スパゲティ 米油 卵不使用マヨネーズ	にんじん きゅうり スイートコーン	酢 淡口 塩	小麦	大豆		
			白ご飯	たら ほき	でん粉 砂糖 水あめ えごま油		かつおだし 塩 紅緑色素	—	—	826	
21 水	22 木		揚げ魚の甘酢からめ 	たら (粉付)	米油 三温糖 でん粉 ごま油 いりこま	ねぎ たけのこ たまねぎ にんじん 干しいたけ ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン 橙ピーマン	しょうが 淡口 酢	小麦	大豆 ごま	24.3	
			いものこ汁	油揚げ	じゃがいも さといも さつまいも	にんじん ごぼう ねぎ	煮干しだし 淡口 酒	小麦	大豆		
			白ご飯		米			—	—		
22 木	23 金		高菜そぼろ丼	卵そぼろ	豚肉	米油 三温糖	酒 にんにく 濃口 みりん	卵 小麦	豚肉 大豆	782	
			ほうとう 	とりに 油揚げ みそ	でん粉 砂糖 なたね油	高菜漬	しょうゆ かつおだし 煮干しだし 塩	—	—		
			黒糖パン	脱脂粉乳	黒砂糖 砂糖 ショートニング 小麦粉		塩 イースト	小麦 乳	—	804	
23 金	19 月		ポークビーンズ	ベーコン	豚肉 大豆	じゃがいも 三温糖	たまねぎ にんじん トマト 野菜ジュース	野菜ブイヨン ウスター 赤ワイン ケチャップ 塩 こしょう	—	豚肉 大豆	33.3
			チーズサラダ	ナチュラルチーズ		砂糖 水あめ	塩	乳 小麦	大豆		
			白ご飯	三温糖	キャベツ きゅうり にんじん		酢 淡口 フレンチドレッシング	小麦 大豆			
26 月	27 火		チキン南蛮 (2個) 	とり肉	でん粉 米油 三温糖		塩 濃口 酢	小麦 乳	鶏肉 大豆	835	
			ノンエッグタルタルソース	大豆粉	ノンエッグタルタルソース	ピクルス たまねぎ こんにゃく パセリ	酢 塩 香辛料 うこん粉 レモン汁	—	大豆		
			ゆでキャベツ	三温糖	キャベツ きゅうり		酢 淡口 日向夏ドレッシング	小麦	大豆	31.3	
27 火	28 水		大根葉のみそ汁	絹厚揚げ	油揚げ みそ	にんじん 大根葉 だいこん ねぎ	煮干しだし	—	大豆		
			黒糖パン	脱脂粉乳	黒砂糖 砂糖 ショートニング 小麦粉		塩 イースト	小麦 乳	—	804	
			ポークビーンズ	ベーコン	豚肉 大豆	じゃがいも 三温糖	たまねぎ にんじん トマト 野菜ジュース	野菜ブイヨン ウスター 赤ワイン ケチャップ 塩 こしょう	—	豚肉 大豆	33.3
27 火	28 水		チーズサラダ	ナチュラルチーズ		砂糖 水あめ	塩	乳 小麦	大豆		
			白ご飯	三温糖	キャベツ きゅうり にんじん		酢 淡口 フレンチドレッシング	小麦 大豆			
			白ご飯	米				—	—	835	
28 水	29 木		キムチチゲ鍋 	とりに 肉	でん粉 米油 三温糖		塩 濃口 酢	小麦 乳	鶏肉 大豆	835	
			白ご飯	米				—	—		
			春雨サラダ	色つきかまぼこ	たら ほき	緑豆春雨 三温糖 米油	かつおだし 塩 紅緑色素	小麦	大豆	23.7	
29 木	30 金		ゆかりご飯	厚揚げ	とりに 肉	赤みそ	塩	—	—	742	
			厚揚げの甘辛炒め	厚揚げ	とりに 肉	赤みそ	塩	小麦	大豆 鶏肉 ごま		
			つみれ汁	野菜ミックスボール	油揚げ	えそ	かつおだし 酒 淡口 塩	小麦	大豆	30.0	
29 木	30 金		減量コッペパン	脱脂粉乳	砂糖 ショートニング 小麦粉		塩 イースト	小麦 乳	—	774	
			ミートビーンズスパゲティ	豚肉 大豆	スパゲティ 三温糖	たまねぎ トマト エリンギ にんじん しめじ グリンピース	塩 卵にんにく しょうが 赤ワイン ケチャップ ウスター	小麦	豚肉 大豆		
			ごぼうのサラダ	まぐろ	三温糖 米油	ごぼう にんじん スイートコーン きゅうり	淡口 酢	小麦	大豆	33.0	
30 金	26 月		白ご飯		米			—	—	741	
			いわし生姜煮	いわし	でん粉 砂糖		みりん しょうゆ 塩 しょうが	小麦	大豆		
			切干大根の酢の物	昆布	三温糖	切干大根 にんじん きゅうり	酢 淡口	小麦	大豆		
			ほうれん草のみそ汁	絹厚揚げ	大豆	にんじん 緑豆もやし たまねぎ ほうれんそう ねぎ	煮干しだし	—	大豆	23.6	
			白ご飯		米			—	—		
			いわし生姜煮	いわし	でん粉 砂糖		みりん しょうゆ 塩 しょうが	小麦	大豆	741	
			切干大根の酢の物	昆布	三温糖	切干大根 にんじん きゅうり	酢 淡口	小麦	大豆		
			ほうれん草のみそ汁	絹厚揚げ	大豆	にんじん 緑豆もやし たまねぎ ほうれんそう ねぎ	煮干しだし	—	大豆	23.6	


使用予定物資の生産状況
等により、献立内容が変更
になる場合があります。



Happy New Year
2026

お知らせ

※26日(月)～30日(金)のキムチチゲなべに入っている「トック」はよくかんで食べましょう。



。 今月の調味料等 。

淡口 (しょうゆ)

小麦 大豆 塩

濃口 (しょうゆ)

大豆 小麦 塩

みそ

大豆 大麦 塩

酒

米 米麹 砂糖 塩 水あめ

みりん

もち米 米麹 砂糖

中華だし (の素)

塩 でん粉 砂糖 にんにく粉 白菜粉 しょうが粉 植物油脂 香辛料

チキンスープ

鶏肉

ウスター (ソース)

砂糖 酢 塩 たまねぎ 香辛料 トマト カラメル色素

赤ワイン

赤ワイン 塩 砂糖 ベリー色素

白ワイン

白ワイン 塩 砂糖

デミグラス (ソース)

小麦粉 ラード トマト たまねぎ 鶏肉 にんじん 砂糖 でん粉 塩 黒こしょう 植物油脂

クリームポタージュ

小麦粉 乳 塩 脱脂粉乳 たまねぎ 香辛料 鶏肉

丸鶏がらスープ

塩 なたね油 たまねぎ にんじん キャベツ こしょう チキンエキス

フレンチドレッシング

砂糖 酢 塩 レモン汁 たまねぎ粉 こしょう

青じそドレッシング

酢 しょうゆ 塩 かつおだし 青じそ 小麦 大豆 ホタテエキス 砂糖

野菜ブイヨン

塩 砂糖 トマト粉 たまねぎ粉 にんにく粉 米油 香辛料

カレー (フレーク) N

でん粉 バーム油 なたね油 砂糖 塩 カレー粉 さつまいも粉 トマト粉 たまねぎ粉 カラメル色素 香辛料

Fカレー (フレーク)

小麦粉 ラード 塩 カレー粉 砂糖 たまねぎ にんにく トマト 大豆 香辛料 カラメル色素 バーム油

米粉のカレー (ルウ)

米粉 砂糖 ラード カレー粉 塩 たまねぎ粉 トマト にんにく粉 カラメル色素 バーム油

卵不使用マヨネーズ

植物油脂 水あめ 砂糖 塩 酢 でん粉 大豆 香辛料

(トマト) ケチャップ

トマト 砂糖 酢 塩 たまねぎ 香辛料

日向夏ドレッシング

なたね油 大豆油 日向夏みかん果汁 酢 しょうゆ からし

豆板醤

唐がらし そろ豆 塩 酒

麻婆豆腐の素

しょうゆ 砂糖 にんにく しょうが 塩 みそ ラー جان チキンエキス でん粉 ポークエキス カラメル色素 酒 ゼラチン

野菜ジュース

トマト にんじん めキャベツ ケール ピーマン ビート ほうれん草 ブロッコリー あしたば チンゲンサイ 小松菜 かぼちゃ パセリ クレソン アスパラガス セロリ しょうが とうもろこし ごぼう グリンピース 紫いも キャベツ レタス たまねぎ 大根 紫キャベツ 赤しそ カリフラワー なす 白菜 レモン果汁

※Dコース、Eコース自校のコースを見て、当日の日付をたどりながら献立を見ていきます。学校名は次のとおりです。


Dコース…西岳中、五十市中、沖水中、妻ヶ丘中、姫城中

Eコース…庄内中、中郷中、小松原中、祝吉中、西中

※栄養価は八訂成分表で計算しています。


※食物アレルギーの表示について：都城学校給食センターの献立表は、アレルギー表示義務8品目 (★印)、アレルギー表示推奨20品目 (☆印) のみの表示です。各献立、使用食材等で御不明な点がございましたら、学校給食センターまでお問い合わせください。(0986-23-2617)

使用予定物資の生産状況等により、献立内容が変更になる場合があります。



お知らせ

※26日(月)～30日(金)のキムチチゲなべに入っている「トック」はよくかんで食べましょう。



今月の調味料等

淡口 (しょうゆ)

小麦 大豆 塩

濃口 (しょうゆ)

大豆 小麦 塩

みそ

大豆 大麦 塩

酒

米 米麹 砂糖 塩 水あめ

みりん

もち米 米麹 砂糖

中華だし (の素)

塩 でん粉 砂糖 にんにく粉 白米粉 しょうが粉 植物油 香辛料

チキンスープ

鶏肉

ウスター (ソース)

砂糖 酢 塩 たまねぎ 香辛料 トマト カラメル色素

赤ワイン

赤ワイン 塩 砂糖 ベリー色素

白ワイン

白ワイン 塩 砂糖

デミグラス (ソース)

小麦粉 ラード トマト たまねぎ 鶏肉 にんじん 砂糖 でん粉 塩 黒こしょう 植物油

クリームポタージュ

小麦粉 乳 塩 脱脂粉乳 たまねぎ 香辛料 鶏肉

丸鶏がらスープ

塩 なたね油 たまねぎ にんじん キャベツ こしょう チキンエキス

フレンチドレッシング

砂糖 酢 塩 レモン汁 たまねぎ粉 こしょう

青じそドレッシング

酢 しょうゆ 塩 かつおだし 青じそ 小麦 大豆 ホタテエキス 砂糖

野菜ブイヨン

塩 砂糖 トマト粉 たまねぎ粉 にんにく粉 米油 香辛料

カレー (フレーク) N

でん粉 バーム油 なたね油 砂糖 塩 カレー粉 さつまいも粉 トマト粉 たまねぎ粉 カラメル色素 香辛料

Fカレー (フレーク)

小麦粉 ラード 塩 カレー粉 砂糖 たまねぎ にんにく トマト 大豆 香辛料 カラメル色素 バーム油

米粉のカレー (ルウ)

米粉 砂糖 ラード カレー粉 塩 たまねぎ粉 トマト にんにく粉 カラメル色素 バーム油

卵不使用マヨネーズ

植物油 水あめ 砂糖 塩 酢 でん粉 大豆 香辛料

(トマト) ケチャップ

トマト 砂糖 酢 塩 たまねぎ 香辛料

日向夏ドレッシング

なたね油 大豆油 日向夏みかん果汁 酢 しょうゆ からし

豆板醤

唐がらし そら豆 塩 酒

麻婆豆腐の素

しょうゆ 砂糖 にんにく しょうが 塩 みそ ラーザン チキンエキス でん粉 ポークエキス カラメル色素 酒 ゼラチン

野菜ジュース

トマト にんじん めきゃベツ ケール ビーマン ビート ほうれん草 ブロッコリー あしたば チンゲンサイ 小松菜 かぼちゃ パセリ クレソン アスパラガス セロリ しょうが とうもろこし ごぼう グリンピース 紫いも キャベツ レタス たまねぎ 大根 紫キャベツ 赤しそ カリフラワー なず 白菜 レモン果汁

※Dコース、Eコース自校のコースを見て、当日の日付をたどりながら献立を見ていきます。学校名は次のとおりです。

Dコース…西岳中、五十市中、沖水中、妻ヶ丘中、姫城中

Eコース…庄内中、中郷中、小松原中、祝吉中、西中

※栄養価は八訂成分表で計算しています。
※食物アレルギーの表示について：都城学校給食センターの献立表は、アレルギー表示義務8品目（★印）、アレルギー表示推奨20品目（☆印）のみの表示です。各献立、使用食材等で御不明な点がございましたら、学校給食センターまでお問い合わせください。（0986-23-2617）