

Main table with columns for course (D/E), menu name, ingredients, allergen information, and price. It lists various school lunches from August to September.

お知らせ
※9月5日～9日のお月見団子汁には一口大の団子が入っています。よくかんで食べましょう。
※まだまだ暑い日が続きます。水分をしっかりとりて熱中症に気をつけましょう。

今月の調味料

- List of ingredients for the month: 淡口(しょうゆ), 濃口(しょうゆ), みそ, 酒, 茶, 味噌, 醤油, etc.

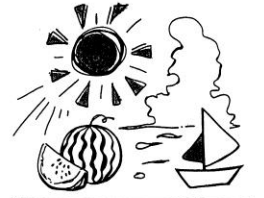
※食物アレルギーの表示について：都城学校給食センターの献立表は、アレルギー表示義務7品目(★印)、アレルギー表示推奨21品目(☆印)のみの表示です。各献立、使用食材等で御不明な点がございましたら、学校給食センターまでお問い合わせください。(0986-23-2617)

《中学校》 8・9月分予定献立表

令和4年度 都城学校給食センター

D コース	E コース	献立名 主食およびおかず	食 材 料			アレルギー表示 ★義務7品目 ☆推奨21品目	栄養価 エネルギー たんぱく質		
			血や肉・骨になるもの (赤)	かやねつになるもの (黄)	からだの調子をととのえるもの (緑)			調味料・その他	
全給食日		牛 乳	牛 乳			乳	—		
20 火	☺	減量コッペパン	脱脂粉乳	コッペパン 小麦粉 ショートニング 砂糖		塩 イースト	小麦 乳	—	
		なすとウィンナーのスパゲティ	ナチュラルチーズ	三温糖 スパゲティ	たまねぎ エリンギ ビーマン トマト	塩 ごしょう ケチャップ トマト	小麦 乳 豚肉	795 30.9	
		わかめ まわかめ 赤かえでのり	豚肉 ウィンナー	水あめ 醤油	揚げなす	塩	塩 香辛料 コチニール色素	小麦 乳	—
		海藻サラダ	わかめ まわかめ 赤かえでのり	三温糖	寒天 西豆 きゅうり	淡口 酢 青じそドレッシング		小麦	大豆
20 火	☺	白ご飯	豚肉 豆腐 みそ	三温糖 小麦粉	たまねぎ にんじん たけのこ 干しいたけ にら	醤油 味噌の素 漬口	—	—	
		マーボー豆腐	大豆 ミニ厚揚げ	砂糖 小麦粉 なたね油			小麦 大豆 豚肉 鶏肉	776 30.6	
		三色ナムル	いりごま ごま油 三温糖		緑豆もやし ほうれんそう にんじん	にんにく 淡口 塩 酢	小麦 大豆 ごま	—	
21 水	☺	白ご飯	牛肉 大豆	米油 三温糖	にんじん 切干大根 たけのこ 大豆もやし ほうれんそう	しょうゆ にんにく 豆腐 漬口 かりん	—	—	
		ピビンバ丼	豚肉 鶏糸餅	砂糖 なたね油 小麦粉		酢 塩	小麦 卵 牛肉 大豆	765 36.9	
		わかめスープ	わかめ 厚揚げ		にんじん もやし ねぎ	塩 ごしょう チキンスープ 淡口 野菜ブイヨン	小麦 大豆 鶏肉	—	
22 木	☺	コッペパン	脱脂粉乳	コッペパン 小麦粉 ショートニング 砂糖		塩 イースト	小麦 乳	—	
		ポークビーンズ	豚肉 大豆	じゃがいも 三温糖	たまねぎ にんじん トマト	塩 ごしょう 黒ウイン ケチャップ ウスター 野菜ブイヨン	— 大豆 豚肉	776 37.4	
		イタリアンサラダ	豚肉	砂糖 水あめ		塩 香辛料		—	
26 月	☺	コッペパン	脱脂粉乳	コッペパン 小麦粉 ショートニング 砂糖		塩 イースト	小麦 乳	—	
		かぼちゃ挽肉フライ	豚肉 大豆	豚脂 小麦粉 パン粉 小麦粉 植物油 水あめ 砂糖	かぼちゃ たまねぎ	しょうゆ ウスター 香辛料	小麦 大豆 豚肉	881 35.4	
		野菜サラダ	鶏肉 牛乳	じゃがいも	キャベツ きゅうり にんじん スイートコーン	白濁ドレッシング 淡口 酢	小麦 大豆	—	
		クリームポタージュ	生クリーム	生乳 大豆	植物油	キャベツ じゃがいも	塩 ごしょう クリームポタージュ	小麦 乳 大豆 鶏肉	—
27 火	☺	わかめご飯	わかめご飯の具	米			—	—	
		厚揚げの中華煮	厚揚げ	小麦粉 三温糖 米油	たまねぎ にんじん 小松菜 たけのこ きくらげ	淡口 塩 ごしょう 中華だし	小麦 大豆	772 28.1	
		春雨のごま酢あえ	春雨 厚揚げ	砂糖 小麦粉	ごぼう	ごんぶだし かつおだし しょうゆ		—	
		白ご飯	鶏肉 高野豆腐	じゃがいも はちみつ	たまねぎ にんじん 西豆	にんにく デミグラス チキンスープ ウスター カレーN Fカレー 米粉のカレー		小麦 大豆 鶏肉	760 29.4
29 木	☺	コッペパン	脱脂粉乳	コッペパン 小麦粉 ショートニング 砂糖		塩 イースト	小麦 乳	—	
		いちごジャム	水あめ 砂糖	いちご		紅麹色素	—	—	
		炒めビーフン	豚肉 いか	ビーフン 米油	たまねぎ にんじん ビーマン キャベツ にら きくらげ	中華だし 塩 ごしょう ウスター 漬口	小麦 大豆 豚肉 いか	794 35.2	
		小松菜の中華スープ	油揚げ		にんじん たまねぎ 小松菜 干しいたけ	野菜ブイヨン 淡口 塩	小麦 大豆	—	
30 金	☺	白ご飯	高野豆腐 油揚げ	米油 三温糖	たまねぎ にんじん たけのこ 干しいたけ 西豆	酒 みりん 漬口 淡口 和風だし	—	—	
		炒り豆腐	さつま揚げ	小麦粉 砂糖 大豆油	たまねぎ	塩	小麦 大豆	782 36.1	
		キムチ汁	豚肉 厚揚げ みそ	さといも じゃがいも	にんじん えのきたけ キャベツ にら	塩Tだし	— 大豆 豚肉	—	

※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7品目(★印)、アレルギー表示推奨21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ありましたら、学校給食センターまでお問い合わせください。(0986-23-2617)



お知らせ

※9月5日～9日のお月見団子汁には一口大の団子が入っています。よくかんで食べましょう。※まだまだ暑い日が続きます。水分をしっかりとって熱中症に気をつけましょう。



今月の調味料

淡口(しょうゆ)	濃口(しょうゆ)
小麦 大豆 塩	大豆 小麦 塩
みそ	赤みそ
大豆 大豆 塩	大豆 大豆 塩
酒	みりん
米 米油 砂糖 塩 水あめ	もち米 米油 砂糖
中華だし(の素)	
塩 小麦粉 砂糖 にんにく粉 ほうじ粉 しょうゆ粉 食用油 香辛料	
チキンスープ	
鶏肉	
赤ワイン	
赤ワイン 塩 砂糖 ペーリ色素	
酢清湯(ガラスープ)	
豚肉 小麦 大豆	
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 小麦粉 塩 ごしょう 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	
青じそドレッシング	
酢 砂糖 しょうゆ 塩 鶏肉 ほたて かつおだし 茗荷	
野菜ブイヨン	
塩 砂糖 トマト粉 たまねぎ粉 にんにく粉 食用油 香辛料	
カレー(フレイク)N	
小麦粉 パーム油 たまねぎ粉 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(フレイク)	
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 パーム油	
米粉のカレー(ルー)	
米粉 砂糖 ラード カレー粉 塩 たまねぎ粉 トマト 塩 にんにく粉 カラメル色素 パーム油	
イタリアンドレッシング	
なたね油 酢 砂糖 塩 酒 たまねぎ 食用油 香辛料 小麦粉 トマト	
卵不使用マヨネーズ	
植物油 水あめ 砂糖 塩 酢 小麦粉 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	
白濁ドレッシング	
なたね油 大豆油 白濁ドレッシング 酢 しょうゆ からし	
中華スープ(ストック)	
塩 鶏肉 豚肉 野菜エキス 水あめ 小麦 大豆 しょうゆ カラメル色素 香辛料	
豆腐	
塩 しょうゆ しょうゆ 味噌 醤油	
麻婆豆腐の素	
しょうゆ 砂糖 にんにく しょうゆ 塩 みそ ラーゼンチン チョウエキス 小麦粉 小麦粉 カラメル色素 酒 セラチン	
ハヤシルー	
小麦粉 ラード パーム油 塩 砂糖 トマト たまねぎ粉 にんにく粉 香辛料 カラメル色素 大豆	
和風だし(の素)	
砂糖 塩 かつお粉 かつおだし 昆布だし	
焼きそばソース	
砂糖 塩 粉末ソース 醤油 かつおだし 香辛料 いわしおし むろふし トマト粉 小麦粉 カラメル色素 ツナ 大豆	
ウスターソース	
トマト たまねぎ にんにく 白ネギ マツシローム にんにく エンバロト 砂糖 酢 塩 香辛料 カラメル色素	
オイスター(ソース)	
カキ 砂糖 酢 塩 小麦粉 カラメル色素	

※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