

令和6年度 9月 中学校給食献立表

※食材の仕入れ状況により、献立の内容を変更する場合があります。

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		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		調味料	エネルギー たんばく質
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
			卵・魚・肉・豆・豆製品	牛乳	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂		
2	(月)	麦ご飯 米粉のキーマカレー グリーンサラダ	豚肉 ハム	牛乳	にんじん いんげん	たまねぎ えのきたけ 青豆 にんにく キャベツ きゅうり コーン	米 麦 砂糖 ジャがいも	サラダ油	鶏がらスープ 米粉カレーフレーク トマトケチャップ ウスターソース 赤ワイン 塩 ピーマンドレッシング	784 kcal 29.7 g
3	(火)	麦ご飯 なすびのみそ汁 鶏ごぼう炒め	豆腐 みそ 鶏肉 油揚げ	牛乳	にんじん にんじん	こんにゃく 長ねぎ なす たまねぎ しいたけ ごぼう 青豆	米 麦 砂糖 てん粉	ごま油	煮干しだし みりん しょうゆ 酒	669 kcal 31.6 g
4	(水)	黒糖パン ポトフ フレンチサラダ	鶏肉 ポークピッツ ハム	牛乳	にんじん ブロッコリー にんじん	たまねぎ だいこん ぶなしめじ キャベツ きゅうり	黒糖パン ジャがいも 砂糖	サラダ油	鶏がらスープ しょうゆ 白ワイン 塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 こしょう	653 kcal 31.0 g
5	(木)	麦ご飯 キムチ汁 豚肉の生姜焼き	厚揚げ みそ 豚肉	牛乳	にんじん なら	えのきたけ 白菜キムチ たまねぎ ぶなしめじ キャベツ しょうが	米 麦 ジャがいも 砂糖 てん粉	サラダ油	煮干しだし みりん しょうゆ 酒	715 kcal 33.0 g
6	(金)	麦ご飯 中華丼 大豆と小魚の揚げ煮	豚肉 かまぼこ(アジ・イトヨリ) 大豆	牛乳 煮干しかえり	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ しいたけ ヤングコーン にんにく	米 麦 でん粉 てん粉 さつまいも 砂糖	ごま油 菜種油 ごま	鶏がらスープ しょうゆ オイスターソース 塩 こしょう 中華スープのもと 酒 しょうゆ	793 kcal 36.4 g
9	(月)	麦ご飯 筑前煮 千切大根の酢の物	鶏肉 厚揚げ 竹輪 ツナ(水煮)	牛乳 刻み昆布	にんじん いんげん にんじん	ごぼう れんこん こんにゃく しいたけ 千切大根 きゅうり	米 麦 ジャがいも 砂糖 砂糖	サラダ油 ごま	みりん しょうゆ 酢 しょうゆ	728 kcal 32.1 g
10	(火)	減量麦ご飯 みそラーメン ほうれん草の和え物 わかめふりかけ クレープ	豚肉 かまぼこ(アジ・イトヨリ) みそ ハム	牛乳 わかめふりかけ	にんじん ほうれん草 にんじん	キャベツ もやし しいたけ 千切大根 コーン	米 麦 ラーメン 砂糖 チョコクレープ	ごま油 サラダ油	酒 塩 こしょう 鶏がらスープ 白豚湯 しょうゆ しょうゆ 酢	793 kcal 29.4 g
11	(水)	ミルクパン 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	牛乳	にんじん	たまねぎ ぶなしめじ 青豆 みかん キャベツ きゅうり	ミルクパン ジャがいも 砂糖 砂糖	サラダ油 サラダ油	鶏がらスープ ハヤシフレック トマトケチャップ デミグラスソース しょうゆ 洋風スープストック こしょう 赤ワイン	750 kcal 30.0 g
12	(木)	麦ご飯 小松菜のみそ汁 ピーマンチャンプルー	油揚げ 豆腐 みそ 豚肉 豆腐 かつおぶし 卵	牛乳	小松菜 にんじん ピーマン	大根 たまねぎ なめこ もやし にんにく	米 麦 里芋 砂糖	ごま油	煮干しだし みりん しょうゆ 塩 こしょう 酒	794 kcal 35.8 g
13	(金)	麦ご飯 わかめスープ ピビンバ	ベーコン 豆腐 豚肉	牛乳 わかめ	にんじん にんじん ほうれん草	たまねぎ しいたけ もやし 白菜キムチ にんにく	米 麦 砂糖 てん粉	ごま サラダ油 ごま ごま油	鶏がらスープ しょうゆ 塩 こしょう しょうゆ コチジャン	695 kcal 28.4 g
17	(火)	十五夜 献立 お月見ゼリー	豆腐 油揚げ みそ いわしのかぼすレモン煮 キャベツのおひたし	牛乳	にんじん 小松菜 にんじん	ぶなしめじ 長ねぎ キャベツ	米 麦 里芋 砂糖 お月見デザート		煮干しだし しょうゆ	696 kcal 25.8 g
18	(水)	ミニコッペパン ひむかなポリタン ツナ豆サラダ	ウインナー ツナ(水煮) 大豆	牛乳	にんじん ピーマン トマト にんじん	千切大根 たまねぎ ぶなしめじ にんにく きゅうり	コッペパン スパゲティ 砂糖 エッグケアマヨネーズ	サラダ油	トマトケチャップ ウスターソース 塩 こしょう 塩 こしょう	795 kcal 32.0 g
19	(木)	麦ご飯 ごまみそ煮 海藻サラダ	豚肉 厚揚げ みそ ツナ(水煮)	牛乳 海藻サラダ	にんじん にんじん	しいたけ たけのこ こんにゃく 青豆 キャベツ きゅうり	米 麦 ジャがいも 砂糖 砂糖	サラダ油 ごま サラダ油	みりん しょうゆ 和風だしのもと 酒 酢 しょうゆ 塩 こしょう	785 kcal 35.8 g
20	(金)	麦ご飯 野菜とフォーのスープ 酢豚	ベーコン 豚肉	牛乳	にんじん チンゲンサイ にんじん ピーマン	しいたけ もやし たまねぎ	米 麦 平糲ビーフン(米・てん粉) でん粉 砂糖	菜種油 サラダ油	鶏がらスープ しょうゆ 塩 こしょう 酒 塩 酢 しょうゆ トマトケチャップ ウスターソース	769 kcal 28.6 g
24	(火)	麦ご飯 春雨スープ キャベツのそぼろ炒め	ベーコン 鶏肉 みそ	牛乳 わかめ	にんじん にんじん	たまねぎ コーン たまねぎ ぶなしめじ キャベツ	米 麦 春雨 砂糖 てん粉	ごま油	中華スープのもと しょうゆ 鶏がらスープ 塩 こしょう みりん しょうゆ 酒	707 kcal 26.3 g
25	(水)	世界の料理 チーズパン カラंगा 日向夏ドレッシングサラダ	豚肉 ベーコン ハム	牛乳	トマト にんじん	たまねぎ 青豆 きゅうり キャベツ	チーズパン ジャがいも	サラダ油	赤ワイン カレー粉 パセリフレック 塩 こしょう 鶏がらスープ 日向夏ドレッシング	739 kcal 36.5 g
26	(木)	麦ご飯 肉豆腐 梅おかか和え	豚肉 豆腐 鶏ささみ かつおぶし	牛乳	にんじん にんじん	たまねぎ しいたけ こんにゃく 長ねぎ キャベツ きゅうり 梅肉	米 麦 砂糖 砂糖	サラダ油	みりん しょうゆ 酒 しょうゆ	767 kcal 35.3 g
27	(金)	宮崎県郷土料理 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	厚揚げ 鶏肉 卵	牛乳	にんじん ほうれん草	しいたけ こんにゃく キャベツ	米 麦 ジャがいも 小麦粉 砂糖 ノンエッグタルタルソース	菜種油	煮干しだし しょうゆ 塩 酒 塩 酢 しょうゆ 塩	798 kcal 37.7 g
30	(月)	減量麦ご飯 ジャージャー麺 コーンサラダ	豚肉 みそ ツナ(水煮)	牛乳	にんじん にんじん	たまねぎ しょうが にんにく たけのこ 長ねぎ きゅうり コーン	米 麦 砂糖 ラーメン 砂糖	サラダ油	しょうゆ トウバンジャン 洋風スープストック 酢 しょうゆ 塩 こしょう	755 kcal 29.0 g

【食品の原材料一覧】

商品名	原材料
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、たんばく加水分解物(大豆)、醸造酢、トマト、唐辛子、オニオン、酒糟、調味料(アミノ酸等)、酸味料、増粘多糖類、パプリカ色素、水
ピーマンドレッシング	調味酢(小麦)、しょうゆ(小麦、大豆)、食用植物油(大豆、なたね)、ピーマン、砂糖、カツオだし(豚肉)、にんにく、からし抽出物
わかめふりかけ	調味顆粒(ぶどう糖、砂糖、食塩、糖節粉、とうもろこしてん粉、デキストリン、酵母エキス、抹茶、わかめ、海苔、味付鰹節(鰹節、砂糖、食塩、酵母エキス、しいたけエキス、貝カルシウム、セルロース、酸化防止剤(ビタミンE))
ポークピッツ	豚肉、豚脂肪、てん粉、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、リジン酸(Na)、ビタミンC、亜硝酸Na、くん液、その他(ケージング)
スクールミートボール	牛肉、豚肉、たまねぎ、パン粉、ソテッドオニオン、鶏肉、てん粉、粉末状植物性たん白(大豆)、しょうゆ(小麦、大豆)、食塩、ビーフイオン調味料、香辛料(黒こしょう)
白豚湯	豚肉、ポークエキス、食塩、ゼラチン、動物たん白加水分解物(豚肉)、てん粉(馬鈴薯)、マッシュルームエキス/調味料(アミノ酸等)、増粘剤(キサンタンガム)、着色料(カラメル)、酸化防止剤、水
和風だし	砂糖、食塩、風味原料(かつお節粉末、かつお節エキス、かつおエキス、こんぶエキス)、たん白加水分解物/調味料(アミノ酸等)
フレンチチョコクレープ	豆乳、加工油脂(ヤシ、菜種)、麦芽糖、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、植物油(米・大豆)、米粉、水あめ、砂糖、ココアパウダー、大豆粉、小麦不使用しょうゆ(加工エンプラント、トレハロース、増粘剤(カドラン)、乳化剤、香料、安定剤(増粘多糖類)、着色料(カラメル、カロチノイド)、メタリン酸Na、ピロリン酸第二鉄、ベーキングパウダー、水
日向夏ドレッシング	食用植物油(なたね・大豆)、日向夏みかん果汁、調味酢(小麦)、しょうゆ(小麦、大豆)/調味料(アミノ酸等)、カラシ抽出物(大豆)
ウインナー	豚肉、食塩、砂糖、香辛料(白コショウ・カルワイ)

商品名	原材料
スペシャル ハヤシフレック	小麦粉、豚脂、食塩、バーム油、砂糖、パプリカ、香辛野菜、大豆粉末、白こしょう、トマト粉末、チキンエキス(豚肉)、乳化剤
デミグラスソース	ブラウンウ(小麦粉、ラード)、トマトペースト、ソテッドオニオン(たまねぎ・大豆油)、チキンエキス、にんじん、砂糖、酵母エキス、てん粉(とうもろこし)、食塩、香辛料(黒こしょう)、水
お月見デザート	うんしゅうみかん果汁、糖類(砂糖、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、ぶどう糖)、水あめ、粉末油脂、寒天、乳酸Ca、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、ビタミンC、レモン果汁、クエン酸Na、乳化剤、香料(ミカンフレーバー、レモンフレーバー)、水
海藻サラダ	わかめ、茎わかめ、赤かえり、系寒天
国産小麦の カットラーメン	小麦粉、小麦たん白、食塩、てん粉、こんにゃく加工品/卵殻カルシウム、水
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)、カレー粉、食塩、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
ノンエッグタルタルソース	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、こんにゃく精粉、乾燥パセリ/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
いわしのかぼすレモン煮	いわし、砂糖、しょうゆ(小麦、大豆)、かぼす果汁、レモンペースト(砂糖、還元水あめ)、本みりん、てん粉(馬鈴薯)、レモン果汁、食塩・水
エッグケアマヨネーズ	食用植物油(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(加工てん粉、キサンタンガム)、調味料(有機酸等)、香辛料抽出物・水