

令和6年度 12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 たんぱく質
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
			卵・魚・肉・豆・豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海苔	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 白菜スープ マーボー丼	ベーコン 豆腐 豚肉 みそ	牛乳	にんじん ほうれんそう にんじん にはら	白菜 たまねぎ しいたけ たまねぎ たけのこ えのきたけ にんにく しょうが	米 麦 砂糖 でん粉	ごま油	鶏がらスープ しょうゆ 塩 こしょう 酒 みりん しょうゆ オイスターソース トウバンジャン	721 kcal 28.9 g
3 (火)		麦ご飯 千切大根のみそ汁 鶏肉ときのこの旨辛炒め	厚揚げ みそ 鶏肉	牛乳	にんじん にんじん 小松菜	千切大根 たまねぎ ねぎ たまねぎ えのきたけ ぶなしめじ しょうが	米 麦 里芋 砂糖	サラダ油 ごま	煮干しだし しょうゆ 酒 みりん	707 kcal 33.2 g
4 (水)		コッペパン ポークビーンズ フレンチサラダ	豚肉 大豆 ハム	牛乳	にんじん にんじん	たまねぎ ぶなしめじ 青豆 キャベツ きゅうり	コッペパン じゃがいも 砂糖 砂糖	サラダ油 サラダ油	鶏がらスープ トマトケチャップ トマトピューレ しょうゆ デミグラスソース 洋風スープストック あかワイン 酢 しょうゆ 塩 こしょう	750 kcal 37.7 g
5 (木)	郷土料理 福岡県	麦ご飯 かき玉汁 がめ煮	豆腐 かまぼこ(タラ・イトヨリ)卵 鶏肉 てんぷら(イトヨリ・アジ)	牛乳	小松菜 にんじん にんじん いんげん	えのきたけ ごぼう しいたけ こんにやく	米 麦 でん粉 じゃがいも 砂糖		煮干しだし しょうゆ 塩 しょうゆ 酒 みりん 和風だしの素	753 kcal 36.6 g
6 (金)		麦ご飯 担々春雨スープ 揚げぎょうざ きゅうりの中華和え	豚肉 みそ ギョーザ	牛乳	にんじん チンゲンサイ にんじん	もやし えのきたけ きゅうり にんにく	米 麦 春雨 砂糖	ごま油 ごま 菜種油 ごま油	鶏がらスープ しょうゆ トウバンジャン 酢 しょうゆ 塩	783 kcal 26.5 g
9 (月)		麦ご飯 中華コーンスープ 鶏肉とさつまいもの中華炒め	ベーコン 鶏肉	牛乳	にんじん チンゲンサイ ピーマン	たまねぎ コーン たまねぎ	米 麦 さつまいも 砂糖	サラダ油 ごま油	鶏がらスープ しょうゆ 中華スープストック 塩 こしょう 酒 しょうゆ オイスターソース	761 kcal 28.0 g
10 (火)	かみかみ献立	麦ご飯 かぶのみそ汁 五目煮	油揚げ 豆腐 みそ 鶏肉 大豆	牛乳	小松菜 にんじん にんじん	かぶ ぶなしめじ しいたけ ごぼう こんにやく 青豆	米 麦 じゃがいも 砂糖	サラダ油	煮干しだし 酒 しょうゆ みりん	704 kcal 30.4 g
11 (水)		ミニ黒糖パン ペンネのミートソース煮 ひよこ豆サラダ	豚肉 大豆 ひよこ豆	牛乳 チーズ	にんじん ピーマン にんじん	たまねぎ ぶなしめじ にんにく 青豆 きゅうり キャベツ コーン	黒糖パン ペンネ 砂糖	サラダ油	赤ワイン しょうゆ トマトケチャップ トマトピューレ ウスターソース 塩 こしょう たまねぎドレッシング	824 kcal 35.4 g
12 (木)	世界の料理	麦ご飯 大根のスープ アドボ ~フィリピン料理~	ベーコン 鶏肉 うずらの卵	牛乳	にんじん ほうれんそう にんじん	大根 たまねぎ えのきたけ にんにく たまねぎ	米 麦 じゃがいも 砂糖	サラダ油	煮干しだし しょうゆ 塩 こしょう 酒 鶏がらスープ ローレル粉末 酢 しょうゆ オイスターソース	750 kcal 31.4 g
13 (金)	ピタミンの日	麦ご飯 米粉のキーマカレー きゅうりのじゃこあえ	豚肉	牛乳 ちりめん	にんじん にんじん	たまねぎ エリンギ 青豆 にんにく りんご きゅうり もやし	米 麦 じゃがいも 砂糖 砂糖	サラダ油	赤ワイン 米粉カレーフレーク 鶏がらスープ 塩 こしょう トマトケチャップ ウスターソース 酒 酢 しょうゆ 塩	751 kcal 30.3 g
16 (月)		麦ご飯 わかめスープ ビビンバ	ベーコン 豆腐 豚肉	牛乳 わかめ	にんじん にんじん にはら	たまねぎ しいたけ ねぎ にんにく もやし きゅうり 白菜キムチ	米 麦 砂糖	ごま油 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	715 kcal 30.4 g
17 (火)	ひむかの日献立	減量麦ご飯 千切大根のうどん 洋風白和え	鶏肉 かまぼこ(タラ・イトヨリ) ツナ(水煮) 豆腐 みそ	牛乳	にんじん にんじん 小松菜	しいたけ 大根 千切大根 ねぎ きゅうり	米 麦 うどん 砂糖	エッグケアマヨネーズ ごま	かつおだし しょうゆ みりん 酒 塩 酢 しょうゆ	724 kcal 31.7 g
18 (水)	リクエスタ献立	米粉パン クリームシチュー 海藻サラダ 焼きプリンタルト	鶏肉 ツナ(水煮)	牛乳 牛乳 チーズ 海藻	にんじん にんじん	たまねぎ ぶなしめじ 青豆 キャベツ きゅうり	米粉パン じゃがいも 砂糖 焼きプリンタルト	サラダ油 サラダ油	塩 鶏がらスープ 洋風スープストック しろワイン こしょう クリームポタージュ 酢 しょうゆ 塩 こしょう	838 kcal 43.6 g
19 (木)		麦ご飯 なめこのみそ汁 鮭の南蛮漬け	豆腐 油揚げ みそ 鮭	牛乳	にんじん 小松菜 にんじん ピーマン(青・赤)	なめこ 大根 たまねぎ ピーマン(黄・橙)	米 麦 でん粉 砂糖	菜種油 サラダ油	煮干しだし 塩 酒 酢 しょうゆ	752 kcal 32.8 g
20 (金)	冬至献立	麦ご飯 かぼちゃのみそ汁 豚肉ときのこの生姜焼き	厚揚げ みそ 豚肉	牛乳	かぼちゃ にんじん にんじん ピーマン	たまねぎ 青豆 たまねぎ ぶなしめじ キャベツ しょうが	米 麦 砂糖 でん粉	サラダ油	煮干しだし みりん しょうゆ 酒	741 kcal 33.2 g
23 (月)		減量麦ご飯 札幌みそラーメン キャベツのごま酢和え	豚肉 竹輪 みそ オーシャンキングほくし(タラ・ほき)	牛乳 わかめ	にんじん ほうれんそう にんじん	もやし しいたけ コーン きゅうり キャベツ	米 麦 ラーメン 砂糖	ごま油 ソイバター ごま油 ごま	酒 塩 こしょう 鶏がらスープ バイトンタン しょうゆ 酢 しょうゆ	726 kcal 30.0 g
24 (火)	クリスマス献立	減量麦ご飯 カラフル野菜スープ 和風フライドチキン そえブロッコリー クリスマスケーキ	ベーコン 和風フライドチキン	牛乳	にんじん ピーマン(青・赤) ブロッコリー	たまねぎ ピーマン(黄・橙) キャベツ	米 麦 じゃがいも クリスマスケーキ	菜種油	鶏がらスープ しょうゆ 塩 こしょう 塩	746 kcal 28.9 g

【食品の原材料一覧】

商品名	原材料
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(加工でん粉、キサンタンガム)、調味料(有機酸等)、香辛料抽出物・水
マイルドデミグラスソース	ブラウンルー(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
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・パーム)、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
学校用ギョーザ18g	キャベツ、豚肉、豚脂、たまねぎ、粒状大豆たん白、にら、しょうゆ、にんにく、でん粉、ごま油、食塩、砂糖、たん白自己消化物(カタクタイシ)、しょうが、こしょう、水、<皮>小麦粉、食塩、水
白豚湯	豚脂、ポークエキス、食塩、ゼラチン、動物たん白加水分解物(豚肉)、でん粉(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
クリスマスケーキ	豆乳ホイップ、植物油、豆乳クリーム、砂糖類、澱粉、食塩、乳化剤、pH調整剤、セルロース、酸化防止剤、塩化マグネシウム、水、豆乳、いちご、砂糖、米粉、タピオカ粉、豆乳加工食品(豆乳、植物油、デキストリン)、食塩、水、増粘剤、トレハロース、安定剤、pH調整剤)、ショートニング、製菓用油脂、膨張剤、寒天加工食品、香料、着色料、増粘剤、オリブオイル、食塩【毎ソース】(果糖ぶどう糖液糖、いちご濃縮果汁、香料、エタノール、クチナシ赤色素、ベニコウジ色素、酸味料、増粘剤、酸化防止剤、水)、クエン酸
クリームポタージュ	小麦粉、ホエイパウダー、植物油(パーム・菜種・大豆等)、コーンスターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー、(玉ねぎ、かぼちゃ)、豚脂、香辛料、デキストリン、ポークエキス/増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香辛料抽出物、着色料(β-カロテン)
ソイバター	植物油(大豆油、パーム核油、パーム油とひまわり油若しくはシア脂とパーム油)、豆乳クリーム、豆乳、大豆粉、食塩

商品名	原材料
国産小麦のカットラーメン	小麦粉、小麦たん白、食塩、でん粉、こんにやく加工品/卵殻カルシウム、水
おいしいたまねぎドレッシング	調味酢、しょうゆ(小麦、大豆)、食用植物油(大豆・なたね)、玉ねぎ、砂糖、椎茸、かつおだし(豚肉)、にんにく
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、パプリカ色素、水
焼きプリンタルト	小麦粉、マーガリン、砂糖、乳又は乳製品を主要原料とする食品、加糖卵黄、脱脂粉乳、液全卵、食塩、香辛料/キシロース、炭酸Ca、増粘剤(キサンタンガム)、乳化剤(大豆)、香料、カロチノイド色素、水
和風フライドチキン	若鶏むね肉 ハイミックス調理ベース(食塩、香辛料、デキストリン、酵母エキス、調味料(アミノ酸等)、調味シラップH90P、ソフテースト(炭酸水素ナトリウム、D-ソルビトール、DL-アラニン、アラビアガム、プルラン)、バター粉50-70H(澱粉、大豆粉、食塩、香辛料、増粘多糖類、香辛料抽出物)、小麦粉、唐揚げ粉MH改(澱粉、小麦粉、食塩、砂糖、粉末状大豆蛋白、香辛料、調味料(アミノ酸等)、膨張剤、香辛料抽出物、水

～保護者の皆様へ～
令和7年1月30日(木)と31日(金)は各ご家庭から「ご飯」をご持参くださいますようお願い致します。
詳細につきましては、調理場から配布する「令和7年1月30日(木)・31日(金)のご飯持参について」のプリントをご確認下さい。ご理解とご協力の程、お願い申し上げます。