

《2026年8・9月分 学校給食 献立及び材料表》					中学校		関市学校給食センター					(単位:グラム)											
日	8月31日 月		9月1日 火		9月2日 水		9月3日 木		9月4日 金		9月7日 月		9月8日 火		9月9日 水		9月10日 木		9月11日 金				
献立及び材料 (中学校)	ナン		麦ごはん		黒コッペパン		麦ごはん		麦ごはん		麦ごはん		ソフト麺		コッペパン		麦ごはん		麦ごはん				
	ナン120g	120	精米	90	黒パン(粉75g)	75	精米	90	精米	90	精米	90	ソフト麺(粉115g)	115	普通パン(粉75g)	75	精米	90	精米	90			
	牛乳200ml		米粒麦		9		牛乳200ml		米粒麦		9		牛乳200ml		牛乳200ml		米粒麦		9				
	牛乳200ml		206		牛乳200ml		206		牛乳200ml		206		牛乳200ml		206		牛乳200ml		206				
	はるまき		牛乳200ml		206		ハンバーグのジンジャーソース		牛乳200ml		206		牛乳200ml		206		モウカサメのマヨネーズ風ソース		豚肉とじゃがいもの揚げがらめ				
	はるまき		50		いわしの梅煮		80		オムレツ		鶏肉のから揚げ		チョコタフィー		モウカサメフライ		40		豚もも肉角切り				
	なたね油		5		いわしの梅煮		41		三温糖		1.875		鶏むね肉		62.5		煎り大豆		15				
	夏野菜キーマカレー		野菜入りじんだ汁		こいくちしょうゆ		2.5		もやしのスープ		料理酒		1.25		三温糖		5.625		卵不使用マヨネーズ				
	なたね油		0.3125		なたね油		0.375		みりん風調味料		1.25		にんじん		18.75		おろししょうが		0.375				
	おろししょうが		1.25		たまねぎ		25		おろししょうが		1		りょくとうもやし		37.5		こいくちしょうゆ		3.75				
	おろしにんにく		1.25		じゃがいも		25		かたくり粉		0.375		水		162.5		かたくり粉		12.5				
	豚ミンチ		37.5		水		143.75		水		2.5		スープストック		1.875		なたね油		6.25				
	にんじん		18.75		乾しいたけ		0.625		ミネストローネ		塩		0.125		盆汁		おろしにんにく		0.875				
	たまねぎ		25		かぼちゃ		25		なたね油		0.375		こしょう		0.0125		なす		10				
	なす		25		大豆ペースト		25		たまねぎ		31.25		キャベツ		25		かぼちゃ		12.5				
	ズッキーニ		25		うすくちしょうゆ		5.75		じゃがいも		25		ごま油		0.375		にんじん		10				
	レンズ豆		6.25		液体だし		1.875		こしょう		0.0125		ガバオライス		とうがん		18.75		たまねぎ				
	大豆水煮		18.75		乾燥わかめ		0.625		スープストック		2.5		なたね油		0.375		厚揚げ(小)		18.75				
	とうもろこし		12.5		切干だいこんの煮物		水		137.5		おろしにんにく		0.25		むき枝豆		10		水				
	カレーパウダー		0.725		なたね油		0.375		トマト水煮		18.75		おろししょうが		0.25		水		137.5				
スープストック		1.25		にんじん		10		キャベツ		25		豚ミンチ		25		米みそ		10					
塩		0.3125		切干だいこん		7.5		オレガノパウダー		0.0125		鶏ミンチ		25		溶き水		16.25					
三温糖		1.875		水		25		ローリエパウダー		0.0125		ひきわり大豆		10		液体だし		1.25					
水		13.75		三温糖		1.25		米粉アルファベットマカロニ		2.5		たまねぎ		25		ねぎ		6.25					
トマトケチャップ		7.5		こいくちしょうゆ		2.875		ひじきサラダ		ピーマンミックス		12.5		きんぴらごぼう		米粉		0.5					
トマトピューレー		7.5		液体だし		0.5		だいこん		31.25		エリンギ		12.5		なたね油		0.3125					
ウスターソース		3.75		油揚げ		6.25		にんじん		6.25		中華だし		0.75		ごぼう		37.5					
米粉		1.875		まぐろ油漬け		12.5		きゅうり		12.5		こいくちしょうゆ		2.5		こんにやく		11.25					
溶き水		6.25		いんげん		3.75		とうもろこし		6.25		三温糖		1.25		くきわかめ		10					
ブロッコリーのごまわかめあえ				のりふりかけ				むき枝豆		6.25		とうバンジャン		0.075		三温糖		2.5					
ブロッコリー		50		のりふりかけ		2		ひじき		6.25		こしょう		0.0125		こいくちしょうゆ		3.75					
すりごま		0.625						三温糖		7		バジルソース		0.4375		みりん風調味料		0.625					
乾燥わかめ		0.375						こしょう		0.0125		オイスターソース		0.625		水		3.75					
こいくちしょうゆ		2.5						塩		0.125		冷凍みかん				はんぺん		6.25					
三温糖		0.625						穀物酢		2.5		冷凍みかん		50									
								なたね油		0.375													
エネルギー		塩分		エネルギー		塩分		エネルギー		塩分		エネルギー		塩分		エネルギー		塩分		エネルギー		塩分	
827		4.2		729		2.9		763		3.4		732		2.2		771		2.9		767		2.6	

日	9月14日 月	9月15日 火	9月16日 水	9月17日 木	9月18日 金	9月24日 木	9月25日 金	9月28日 月	9月29日 火	9月30日 水
献立 及 材 料 (中学校)	麦ごはん	麦ごはん	米粉コッペパン	麦ごはん	麦ごはん	麦ごはん	麦ごはん	麦ごはん	麦ごはん	食パン
	精米 90	精米 90	米粉パン(粉75g) 75	精米 90	精米 90	精米 90	精米 90	精米 90	精米 90	普通パン(粉85g) 85
	米粒麦 9	米粒麦 9	牛乳200ml	米粒麦 9	米粒麦 9	米粒麦 9	米粒麦 9	米粒麦 9	米粒麦 9	牛乳200ml
	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml 206	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml 206
	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	いかメンチカツ	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	ポロニアステークス
	鶏肉の照り焼き	ちくわの天ぷら	いかメンチカツ 60	かつおの竜田揚げ	シュウマイ	鶏つくねのあまだれ	さんまのかば焼き風	とんかつ	銀さわらのみそがらめ	ポロニアステーク 60
	鶏もも肉 60	焼きちくわ 50	なたね油 6	かつお下味かたくり粉付き 62.5	肉シュウマイ 60	キャベツ入り鶏つくね 60	さんま開きかたくり粉付 40	とんかつ 60	銀さわら角切り米粉付き 62.5	トマトケチャップ 1.25
	おろしにんにく 0.3	天ぷら粉 10	もずくスープ	なたね油 6.25	中華コーンスープ	三温糖 3.125	なたね油 3.75	なたね油 6	なたね油 6.25	ウスターソース 1.25
	おろししょうが 0.3	水 10	にんじん 12.5	豚汁	なたね油 0.375	こいくちしょうゆ 3.125	三温糖 1.875	ツナカレーライス	豆みそ 3.75	三温糖 2.5
	こいくちしょうゆ 2.8	なたね油 6	だいこん 31.25	豚もも肉 12.5	たまねぎ 37.5	みりん風調味料 2.5	こいくちしょうゆ 2.5	なたね油 0.25	みりん風調味料 2.5	トマトピューレー 7.5
	料理酒 1	とうがん汁	じゃがいも 31.25	ごぼう 10	とうもろこし 25	かたくり粉 0.25	みりん風調味料 1.25	おろしにんにく 1.25	トマトケチャップ 1.25	野菜スープ
	みりん風調味料 1	水 162.5	水 150	だいこん 25	コーンペースト 37.5	水 1.25	おろししょうが 0.125	こしょう 0.0125	料理酒 1.25	なたね油 0.375
	三温糖 1	さば節だしパック 1.875	もずく 7.5	にんじん 12.5	中華だし 2.5	たぬき汁	水 1.25	たまねぎ 50	三温糖 3.75	たまねぎ 18.75
	米粉 0.8	にんじん 10	スープストック 1.375	水 137.5	こしょう 0.0125	なたね油 0.375	さといものみそ汁	にんじん 12.5	おろししょうが 0.375	にんじん 10
	なたね油 0.3	とうがん 43.75	こしょう 0.0125	豆みそ 11.25	水 162.5	おろししょうが 0.375	水 137.5	じゃがいも 31.25	水 2.5	じゃがいも 25
	ズッキーニと豆腐のピリ辛みそ汁	豆腐 37.5	塩 0.125	溶き水 16.25	ほぐしかまぼこ 12.5	にんじん 18.75	だいこん 25	水 82.5	すまし汁	とうもろこし 10
	なたね油 0.3125	うすくちしょうゆ 5.75	かたくり粉 0.625	煮干し粉 0.25	乾燥わかめ 0.375	こんにやく 25	さといも 31.25	チャツネ 2.5	水 162.5	水 150
	たまねぎ 12.5	ねぎ 6.25	溶き水 3.75	液体だし 1	塩 0.125	えのきたけ 12.5	豆腐 25	ウスターソース 3.75	さば節だしパック 1.875	スープストック 1.375
	にんじん 12.5	なすのみそ煮	こまつな 2.5	豆腐 18.75	チャプチェ	油揚げ 3.75	ミックスみそ 6.25	牛乳 25	乾しいたけ 0.625	塩 0.125
	ズッキーニ 31.25	なたね油 0.375	チキンピーズ	ねぎ 6.25	なたね油 0.375	水 162.5	孫六みそ 3.75	粉チーズ 2.5	だいこん 12.5	こしょう 0.0125
	水 137.5	豚ミンチ 17.5	なたね油 0.375	かぼちゃサラダ	おろししょうが 0.125	ごぼう天 18.75	溶き水 16.25	カレーパウダー 0.125	たまねぎ 25	キャベツ 25
	豆腐 25	たまねぎ 20	おろしにんにく 0.375	かぼちゃ 56.25	おろしにんにく 0.125	こいくちしょうゆ 4.375	煮干し粉 0.375	米粉カレールウ 17.5	まいたけ 6.25	切干だいこんのサラダ
	豆みそ 10	豆みそ 4.375	鶏むね肉 28.75	とうもろこし 12.5	トウバンジャン 0.125	液体だし 1.5	液体だし 1	溶き水 32.5	豆腐 25	切干だいこん 5
	液体だし 1.25	孫六みそ 2.5	たまねぎ 50	きゅうり 12.5	豚もも肉 25	かたくり粉 0.75	ねぎ 6.25	米粉 1.25	かまぼこ 6.25	りょくとうもやし 12.5
	煮干し粉 0.25	みりん風調味料 1	マッシュルーム 10	コールスロードレッシングボトル	料理酒 0.25	溶き水 6.25	キャベツとこまつなのごまあえ	まぐろ油漬け 12.5	うすくちしょうゆ 5.75	きゅうり 12.5
	トウバンジャン 0.125	溶き水 3.5	大豆水煮 31.25		ピーマン 6.25	塩 0.375	キャベツ 50	ブロッコリーのゆずドレッシング	ねぎ 6.25	うすくちしょうゆ 3.5
	溶き水 16.25	三温糖 6.25	水 15		にんじん 12.5	ねぎ 6.25	こまつな 12.5	ブロッコリー 37.5	卵入り高菜めしの具	三温糖 2.25
	キャベツの昆布あえ	液体だし 0.5	三温糖 0.875		乾しいたけ 0.375	高野豆腐の煮物	すりごま 1.875	きゅうり 12.5	ごま油 0.375	オリーブ油 1
	キャベツ 50	なす 40	スープストック 0.375		たけのこ 6.25	なたね油 0.3125	こいくちしょうゆ 2.5	こいくちしょうゆ 3.5	鶏ミンチ 12.5	バジルソース 1.25
	きゅうり 6.25	がんもどき 18.75	こしょう 0.0125		りょくとうもやし 15	たまねぎ 31.25	三温糖 0.625	三温糖 2.25	にんじん 37.5	いちごジャム
塩昆布 2.5	いんげん 5	トマトケチャップ 1.875		料理酒 1.25	水 52.5	お月見デザート	塩 0.125	たかな漬 25	いちごジャム 15	
ヨーグルトドリンク		トマトピューレー 18.75		三温糖 0.375	三温糖 2.5	お月見かんゼリー	なたね油 1	三温糖 1.5		
乳酸菌飲料マスカット味 80		デミグラスソース 1.25		こしょう 0.025	塩 0.125		こしょう 0.0125	料理酒 5		
		こいくちしょうゆ 1		中華だし 0.625	みりん風調味料 0.625		ゆず果汁 1.25	うすくちしょうゆ 3.125		
		ハヤシベース 3.75		こいくちしょうゆ 1.875	こいくちしょうゆ 2.5			錦糸卵 18.75		
		溶き水 10		オイスターソース 1	液体だし 1.25					
				えんどうはるさめ 4.375	むき枝豆 12.5					
				ごま油 1.25	高野豆腐 11.25					
エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分
	708 2.5	789 3.2	770 3.9	787 2.2	751 2.2	757 3.5	760 2.3	824 3.4	769 3.6	761 3.8