

《2026年8・9月分 学校給食 献立及び材料表》					小学校中学年					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 (小 学 校 中 学 年)	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100g 100	精米 70	黒パン(粉55g) 55	精米 70	精米 70	精米 70	ソフト麺(粉80g) 80	普通パン(粉55g) 55	精米 70	精米 70						
	牛乳200ml	米粒麦 7	牛乳200ml	米粒麦 7	米粒麦 7	米粒麦 7	牛乳200ml	牛乳200ml	米粒麦 7	米粒麦 7						
	牛乳200ml 206	牛乳200ml	牛乳200ml 206	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	牛乳200ml	牛乳200ml						
	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	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	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206						
	はるまき 35	いわしの梅煮	鶏豚ハンバーグ 60	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 30	豚もも肉角切り 25	さわら西京みそ焼き	焼きギョウザ						
	なたね油 3.5	いわし梅煮 32	三温糖 1.5	ブレンオムレツ 50	鶏むね肉 50	煎り大豆 12	なたね油 3	おろししょうが 0.2	さわら西京みそ漬け 50	ごま不使用ギョウザ 34						
	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	もやしのスープ	料理酒 1	三温糖 4.5	卵不使用マヨネーズ 5	料理酒 1	根菜汁	マーボー豆腐						
	なたね油 0.25	なたね油 0.3	みりん風調味料 1	にんじん 15	おろししょうが 0.3	純ココア 0.9	こいくちしょうゆ 1	かたくり粉 7	なたね油 0.3	なたね油 0.25						
	おろししょうが 1	たまねぎ 20	おろししょうが 0.8	りょくとうもやし 30	こいくちしょうゆ 3	水 0.9	レモン果汁 1	じゃがいも 25	ごぼう 10	おろしにんにく 0.4						
	おろしにんにく 1	じゃがいも 20	かたくり粉 0.3	水 130	かたくり粉 10	ハヤシライス	水 0.5	なたね油 5	にんじん 10	おろししょうが 0.4						
	豚ミンチ 30	水 115	水 2	スープストック 1.5	なたね油 5	なたね油 0.25	なすのミートソース	三温糖 2	だいこん 20	トウバンジャン 0.2						
	にんじん 15	乾しいたけ 0.5	ミネストローネ 塩 0.1	塩 0.1	盆汁	おろしにんにく 0.7	なたね油 0.25	みりん風調味料 2	こんにやく 8	豚ミンチ 20						
	たまねぎ 20	かぼちゃ 20	なたね油 0.3	こしょう 0.01	なす 8	豚もも肉 20	おろしにんにく 0.5	こいくちしょうゆ 2	水 110	たまねぎ 40						
	なす 20	大豆ペースト 20	たまねぎ 25	キャベツ 20	かぼちゃ 10	こしょう 0.01	豚ミンチ 25	水 1	こいくちしょうゆ 5	たけのこ 20						
	ズッキーニ 20	うすくちしょうゆ 4.6	じゃがいも 20	ごま油 0.3	にんじん 8	にんじん 15	赤ワイン 1	豆乳スープ	液体だし 1.5	水 20						
	レンズ豆 5	液体だし 1.5	こしょう 0.01	ガバオライス	とうがん 15	たまねぎ 40	たまねぎ 20	なたね油 0.3	豆腐 20	三温糖 1						
	大豆水煮 15	乾燥わかめ 0.5	スープストック 2	なたね油 0.3	厚揚げ(小) 15	じゃがいも 25	なす 25	かぼちゃ 25	ねぎ 5	中華だし 1						
	とうもろこし 10	切干だいこんの煮物 水 110	おろしにんにく 0.2	むき枝豆 8	水 8	マッシュルーム 5	マッシュルーム 8	こしょう 0.01	韓国風肉じゃが 3	豆みそ 3						
	カレーパウダー 0.58	なたね油 0.3	トマト水煮 15	おろししょうが 0.2	水 110	マッシュルーム 5	マッシュルーム 8	こしょう 0.01	韓国風肉じゃが 3	豆みそ 3						
	スープストック 塩 0.25	にんじん 8	キャベツ 20	豚ミンチ 20	米みそ 8	溶き水 13	トマト水煮 8	水 63	水 110	おろしにんにく 0.2						
	三温糖 1.5	切干だいこん 6	オレガノパウダー 0.01	鶏ミンチ 20	溶き水 13	トマトケチャップ 8	トマトピューレー 20	スーパーストック 1.2	コチジャン 0.3	冷凍豆腐 60						
	水 11	三温糖 1	ローリエパウダー 0.01	ひきわり大豆 8	液体だし 1	トマトケチャップ 8	トマトピューレー 20	白いんげん豆ペースト 10	豚もも肉 20	かたくり粉 1						
	トマトケチャップ 6	こいくちしょうゆ 2.3	米粉アルファベットマカロニ 2	たまねぎ 20	ねぎ 5	ハヤシベース 12	トマトケチャップ 20	豆乳 20	たまねぎ 25	溶き水 4.5						
	トマトピューレー 6	液体だし 0.4	だいこん 25	エリンギ 5	なたね油 0.25	溶き水 26	スーパーストック 1	米粉ホワイトルウ 6	じゃがいも 50	ねぎ 5						
	ウスターソース 3	湯揚げ 5	にんじん 5	中華だし 0.6	ごぼう 30	米粉マカロニサラダ 5	ウスターソース 3	溶き水 10	三温糖 3	ごま油 0.3						
	米粉 1.5	まぐろ油漬け 10	きゅうり 10	こいくちしょうゆ 2	こんにやく 9	きわかめ 8	キャベツ 20	パセリ粉 0.01	こいくちしょうゆ 5	はるさめサラダ 1						
	溶き水 5	いんげん 3	とうもろこし 5	三温糖 1	くきわかめ 8	とうもろこし 5	とうもろこし 5	ごぼう 20	料理酒 1	りょくとうもやし 25						
	ブロッコリーのごまわかめあえ	のりふりかけ	むき枝豆 5	トウバンジャン 0.06	三温糖 2	イタリアンドレッシングボトル 8	もやしとこまつなのサラダ 8	キャベツ 20	ごま油 0.5	きゅうり 5						
	ブロッコリー 40	のりふりかけ 2	ひじき 5	こしょう 0.01	こいくちしょうゆ 3	みりん風調味料 0.5	りょくとうもやし 40	きゅうり 5	花かつお 0.3	はるさめ 2.5						
	すりごま 0.5	三温糖 7	三温糖 7	バジルソース 0.35	みりん風調味料 0.5	こまつな 10	こまつな 10	ごまドレッシングボトル 10		こいくちしょうゆ 2.8						
	乾燥わかめ 0.3	こしょう 0.01	こしょう 0.01	オイスターソース 0.5	水 3	三温糖 2	三温糖 2			三温糖 2.5						
	こいくちしょうゆ 2	塩 0.1	塩 0.1	冷凍みかん 50	はんぺん 5	こいくちしょうゆ 2.8	こいくちしょうゆ 2.8			塩 0.1						
	三温糖 0.5	穀物酢 2	穀物酢 2	冷凍みかん 50	はんぺん 5	塩 0.1	粒マスタード 0.4			こしょう 0.01						
		なたね油 0.3	なたね油 0.3			なたね油 0.8	なたね油 0.8			なたね油 0.8						
						穀物酢 1	穀物酢 1			穀物酢 1						
	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					
		682 3.2	603 2.3	611 2.7	612 1.8	632 2.5	628 2.0	667 2.6	655 2.7	630 2.4	611 2.0					

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
献立及び材料 (小学校中学年)	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 70	精米 70	米粉パン(粉55g) 55	精米 70	精米 70	精米 70	精米 70	精米 70	精米 70	普通パン(粉85g) 65
	米粒麦 7	米粒麦 7	牛乳200ml	米粒麦 7	米粒麦 7	米粒麦 7	米粒麦 7	米粒麦 7	米粒麦 7	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 40	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 50
	鶏もも肉 60	焼きちくわ 25	なたね油 4	かつお下味かた(り粉付き) 50	肉シュウマイ 36	キャベツ入り鶏つくね 50	さんま開きかた(り粉付き) 30	とんかつ 40	銀さわら角切り米粉付き 50	トマトケチャップ 1
	おろしにんにく 0.3	天ぷら粉 5	もずくスープ	なたね油 5	中華コーンスープ	三温糖 2.5	なたね油 3	なたね油 4	なたね油 5	ウスターソース 1
	おろししょうが 0.3	水 5	にんじん 10	豚汁	なたね油 0.3	こいくちしょうゆ 2.5	三温糖 1.5	ツナカレーライス	なみそ 3	三温糖 2
	こいくちしょうゆ 2.8	なたね油 3	だいこん 25	豚もも肉 10	たまねぎ 30	みりん風調味料 2	こいくちしょうゆ 2	なたね油 0.2	みりん風調味料 2	トマトピューレー 6
	料理酒 1	とうがなん汁	じゃがいも 25	ごぼう 8	とうもろこし 20	かたくり粉 0.2	みりん風調味料 1	おろしにんにく 1	トマトケチャップ 1	野菜スープ
	みりん風調味料 1	水 130	水 120	だいこん 20	コーンペースト 30	水 1	おろししょうが 0.1	こしょう 0.01	料理酒 1	なたね油 0.3
	三温糖 1	さば節だしパック 1.5	もずく 6	にんじん 10	中華だし 2	たぬき汁	水 1	たまねぎ 40	三温糖 3	たまねぎ 15
	米粉 0.8	にんじん 8	スープストック 1.1	水 110	こしょう 0.01	なたね油 0.3	さといものみそ汁	にんじん 10	おろししょうが 0.3	にんじん 8
	なたね油 0.3	とうがん 35	こしょう 0.01	豆みそ 9	水 130	おろししょうが 0.3	水 110	じゃがいも 25	水 2	じゃがいも 20
	ズッキーニと豆腐のピリ辛みそ汁	豆腐 30	塩 0.1	ほぐしかまぼこ 13	乾燥わかめ 0.3	こんにやく 20	さといも 25	チャツネ 2	すまし汁	とうもろこし 8
	なたね油 0.25	うすくちしょうゆ 4.6	かたくり粉 0.5	煮干し粉 0.2	乾燥わかめ 0.3	こんにやく 20	さといも 25	チャツネ 2	水 130	水 120
	たまねぎ 10	ねぎ 5	溶き水 3	液体だし 0.8	塩 0.1	えのきたけ 10	豆腐 20	ウスターソース 3	さば節だしパック 1.5	スープストック 1.1
	にんじん 10	なすのみそ煮	こまつな 2	豆腐 15	チャプチェ	油揚げ 3	ミックスみそ 5	牛乳 20	乾しいたけ 0.5	塩 0.1
	ズッキーニ 25	なたね油 0.3	チキンピーンズ	ねぎ 5	なたね油 0.3	水 130	孫六みそ 3	粉チーズ 2	だいこん 10	こしょう 0.01
	水 110	豚ミンチ 14	なたね油 0.3	かぼちゃサラダ	おろししょうが 0.1	ごぼう天 15	溶き水 13	カレーパウダー 0.1	たまねぎ 20	キャベツ 20
	豆腐 20	たまねぎ 16	おろしにんにく 0.3	かぼちゃ 45	おろしにんにく 0.1	こいくちしょうゆ 3.5	煮干し粉 0.3	米粉カレールウ 14	まいいたけ 5	切干だいこんのサラダ
	豆みそ 8	鶏むね肉 3.5	トウバンジャン 0.3	とうもろこし 10	トウバンジャン 0.1	液体だし 1.2	液体だし 0.8	溶き水 26	豆腐 20	切干だいこん 4
	液体だし 1	孫六みそ 2	たまねぎ 40	きゅうり 10	豚もも肉 20	かたくり粉 0.6	ねぎ 5	米粉 1	かまぼこ 5	りょくとうもやし 10
	煮干し粉 0.2	みりん風調味料 0.8	マッシュルーム 8	コールスロードレッシングボトル 10	料理酒 0.2	溶き水 5	キャベツとこまつなのこまあえ	まぐろ油漬け 10	うすくちしょうゆ 4.6	きゅうり 10
	トウバンジャン 0.1	溶き水 2.8	大豆水煮 25		ピーマン 5	塩 0.3	キャベツ 40	ブロッコリーのゆずドレッシング	ねぎ 5	うすくちしょうゆ 2.8
	溶き水 13	三温糖 5	水 12		にんじん 10	ねぎ 5	こまつな 10	ブロッコリー 30	卵入り高菜めしの具	三温糖 1.8
	キャベツの昆布あえ	液体だし 0.4	三温糖 0.7		乾しいたけ 0.3	高野豆腐の煮物	すりごま 1.5	きゅうり 10	ごま油 0.3	オリーブ油 0.8
	キャベツ 40	スーパーストック 32	スーパーストック 0.3		たけのこ 5	こいくちしょうゆ 0.25	こいくちしょうゆ 2	こいくちしょうゆ 2.8	鶏ミンチ 10	バジルソース 1
	きゅうり 5	がんもどき 15	こしょう 0.01		りょくとうもやし 12	たまねぎ 25	三温糖 0.5	三温糖 1.8	にんじん 30	いちごジャム
	塩昆布 2	いんげん 4	トマトケチャップ 1.5		料理酒 1	水 42	お月見デザート	塩 0.1	たかな漬 20	いちごジャム 15
	ヨーグルトドリンク		トマトピューレー 15		三温糖 0.3	三温糖 2	お月見かんゼリー 28	なたね油 0.8	三温糖 1.2	
	乳酸菌飲料マスカット味 80		デミグラスソース 1		こしょう 0.02	塩 0.1		こしょう 0.01	料理酒 4	
			こいくちしょうゆ 0.8		中華だし 0.5	みりん風調味料 0.5		ゆず果汁 1	うすくちしょうゆ 2.5	
			こいくちしょうゆ 3		こいくちしょうゆ 1.5	こいくちしょうゆ 2			錦糸卵 15	
			溶き水 8		オイスターソース 0.8	液体だし 1				
					えんどうはるさめ 3.5	むき枝豆 10				
					ごま油 1	高野豆腐 9				
	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
	617 2.2	604 2.2	603 2.8	648 1.9	598 1.7	625 2.7	623 1.9	655 2.7	634 3.0	632 3.1

* 食材の分量は、小学校中学年の分量になっています。

* エネルギーの単位はkcalです。

* 塩分の単位はgです。

* 入荷都合等により、献立もしくは材料を変更する場合がありますので、ご了承下さい。

* 学校給食は、学校給食地産地消推進事業により、県・市・JA中央会の一部助成を受けています。

* 学校給食費の保護者負担はありません。

* 学校給食で使用する加工食品の原材料についての明細は関市ホームページでお知らせしています。

* X(旧twitter)で給食献立写真を掲載しています。

* ご意見、ご不明な点などありましたら、関市学校給食センターまでご連絡ください。(0575-22-3588)



ホームページ



X(旧twitter)