9月 学校給食献立予定表

日 曜日	献立名	牛乳	赤の仲間の食品 ち・にく・ほねをつくる （1群）	 （2群）	緑の仲間の食品 からだのちょうしをととのえる （3群）	 （4群）	黄色の仲間の食品 ちからやねつになる （5群）	 （6群）
			※＿＿＿＿は北杜市産、斜体表記は県内産を使用する予定です。					
1 火	チリドッグ		ウインナー,豚肉 大豆	チーズ	人参,トマト	にんにく,玉葱	パン,薄力粉	米油
	コールスローサラダ		ハム		人参	キャベツ,コーン レモン	三温糖	ノンエッグマヨネーズ 米油
	きのこスープ		ベーコン,卵		人参,ほうれん草	玉葱,しめじ えのき	片栗粉	
	紅茶ゼリー					黄桃	クールゼリー素	
2 水	豚丼		豚肉		人参	玉葱,生姜	米,麦 白滝,三温糖	米油
	キャベツのゆかり和え				人参	きゅうり,キャベツ 切干大根,たくあん		
	にら玉味噌汁		味噌,卵	煮干し	人参,にら	玉葱,えのき		
	果物（グレープフルーツ）					グレープフルーツ		
3 木	さつまいも蒸しパン			牛乳,スキムミルク			蒸しパンミックス さつまいも	ごま
	ごぼうと大豆の甘辛揚げ		大豆			ごぼう	片栗粉,三温糖	米油,ごま
	冷しゃぶサラダうどん		*豚肉*	ワカメ	人参	きゅうり,もやし キャベツ,コーン	うどん	ごま
	果物（オレンジ）					オレンジ		
4 金	麦ごはん						米,麦	
	サバの生姜煮		サバ			生姜	三温糖	
	ひじきと大豆のごまマヨ和え		大豆	ひじき	人参	コーン,きゅうり	三温糖	ごま ノンエッグマヨネーズ
	チゲ風豚汁		豚肉,豆腐 味噌	煮干し	人参	ごぼう,大根 白菜キムチ,*ねぎ*	こんにゃく じゃがいも	米油
	果物（バナナ）					バナナ		
7 月	麦ごはん						米,麦	
	アジの香味ソースがけ		アジ			*ねぎ*,にんにく 生姜	片栗粉,三温糖	米油,ごま油
	切り干し大根の煮物		豚肉,油揚げ		人参,ヤングいんげん	切干大根	こんにゃく,三温糖	米油
	なめこの味噌汁		豆腐,味噌	煮干し	人参,小松菜	玉葱,なめこ		
	こんにゃくグレープゼリー						蒟蒻グレープゼリー素 ナタデココ	
8 火	麦ごはん						米,麦	
	和風ハンバーグ		鶏肉,豆腐 おから,卵	ひじき,牛乳		玉葱,りんご レモン	三温糖,パン粉	米油
	カレー鶏肉じゃが		鶏肉		人参	玉葱,枝豆	白滝,じゃがいも 三温糖,片栗粉	米油
	ごま味噌汁		油揚げ,味噌	煮干し	人参,小松菜	玉葱,ごぼう 大根,キャベツ		ごま
	果物（グレープフルーツ）					グレープフルーツ		
9 水	ビビンバ風混ぜごはん		豚肉,卵		人参,ほうれん草	にんにく,もやし ぜんまい,白菜キムチ	米,麦	ごま油,米油
	春雨サラダ		ハム	ワカメ	人参	もやし,きゅうり	春雨,三温糖	ごま油,ごま
	ワンタンスープ		かまぼこ 肉ワンタン		人参,チンゲンサイ	玉葱,えのき		
	やわらか杏仁豆腐			牛乳,スキムミルク			杏仁豆腐の素	
10 木	コッペパン						パン	
	冷や奴		豆腐					
	ソース焼きそば		豚肉		人参	生姜,にんにく,玉葱 キャベツ,もやし	焼きそば麺	米油
	サンラータンスープ		鶏肉,かまぼこ 豆腐,卵		人参,トマト チンゲンサイ	玉葱,干し椎茸	片栗粉	
	果物（バナナ）					バナナ		
11 金	チキンカツカレー		鶏肉,卵	スキムミルク	人参,トマト	生姜,にんにく 玉葱	米,麦,じゃがいも 薄力粉,パン粉	米油,カレールウ 米油
	ツナサラダ		ツナフレーク		人参	キャベツ,きゅうり にんにく	三温糖	米油
	ひとくちレモンゼリー						レモンゼリー	

令和8年度　　北杜市立 泉中学校

日 曜日	献立名	牛乳	赤の仲間の食品 ち・にく・ほねをつくる （1群）	赤の仲間の食品 ち・にく・ほねをつくる （2群）	緑の仲間の食品 からだのちょうしをととのえる （3群）	緑の仲間の食品 からだのちょうしをととのえる （4群）	黄色の仲間の食品 ちからやねつになる （5群）	黄色の仲間の食品 ちからやねつになる （6群）
			※＿＿＿＿は北杜市産、斜体表記は県内産を使用する予定です。					
15 火	子供パン						パン	
	イカとさつまいものレモン揚げ		イカ			レモン	片栗粉,さつまいも 三温糖	米油
	ブロッコリーのおかか和え	○	かつお節	ワカメ	ブロッコリー,人参	キャベツ,コーン	三温糖	ごま油
	すいとん汁		鶏肉,かまぼこ 味噌	煮干し,スキムミルク	人参,ほうれん草	干し椎茸,ごぼう 大根,白菜	すいとん粉	
	果物（オレンジ）					オレンジ		
16 水	中華丼		豚肉,かまぼこ エビ,イカ		人参,絹さや	にんにく,生姜,玉葱 たけのこ,白菜	米,麦,三温糖 片栗粉	米油
	切り干し大根のサラダ	○			人参,小松菜	切干大根,きゅうり もやし	三温糖	米油,ごま油
	わかめスープ		あさり	ワカメ		大根,えのき *ねぎ*		ごま
	味付け小魚			味付け小魚				
17 木	はちみつパン						パン	
	カルボナーラ風ペンネ		ベーコン,卵	生クリーム,牛乳 粉チーズ	人参	にんにく,玉葱 マッシュルーム	ペンネ	米油,バター
	海藻サラダ	○	ツナフレーク	ワカメ,つのまた,こんぶ かんてん,きりんさい	人参	キャベツ,もやし コーン		
	ポトフ		鶏肉		人参,ブロッコリー	玉葱,キャベツ	じゃがいも	
	ドライプルーン					プルーン		
24 木	リットルパン						パン	
	ムサカ		豚肉	粉チーズ,牛乳 チーズ	人参	にんにく,玉葱 なす	じゃがいも	米油,デミグラスソース ベシャメルソース
	グリークサラダ	○	ツナフレーク	カッテージチーズ	パプリカ	キャベツ,きゅうり		オリーブ油,米油
	ファケス		レンズ豆		人参,トマト	にんにく,玉葱 セロリ,レモン	薄力粉	オリーブ油
	ヨーグルト			ヨーグルト				
25 金	**里芋のそぼろあんかけごはん**		鶏肉			生姜	米,麦,里芋 三温糖,片栗粉	米油
	さんまフライ		さんま				パン粉,薄力粉	米油
	ほうれん草のごま和え	○			ほうれん草,人参	キャベツ,もやし コーン	三温糖	ごま
	お月見団子汁		厚削り,かまぼこ	ワカメ	人参	玉葱,白菜	白玉	
	果物（梨）					梨		
28 月	五穀米ごはん						米,きび,赤米, 黒米,麦,玄米	
	納豆		*納豆*					
	おでん	○	鶏肉,がんもどき	煮干し,昆布	人参	大根	三温糖,じゃがいも こんにゃく	
	のりとあさりの味噌汁		あさり,味噌	煮干し,のり		玉葱,えのき		
	白ごまプリン			牛乳			プリン素	ごま
29 火	フレンチトースト		卵	牛乳			パン,三温糖 グラニュー糖	バター
	豚しゃぶサラダ	○	*豚肉*		ブロッコリー,人参	キャベツ,きゅうり もやし,にんにく	三温糖	米油
	かぶのクリームスープ		ベーコン	牛乳,スキムミルク	人参	玉葱,かぶ 枝豆		米油,ベシャメルソース コーンクリーム粉
	果物（オレンジ）					オレンジ		
30 水	**麦ごはん**						米,麦	
	鶏肉のラフテー風		鶏肉			生姜,にんにく	三温糖	
	人参しりしり	○	ツナフレーク,卵		人参	玉葱,枝豆	三温糖	米油
	沖縄そば		厚削り	昆布	人参,葉ねぎ	玉葱,干し椎茸 紅生姜	中華麺	
	サータアンダギー		卵	牛乳			ホットケーキ粉,薄力粉 黒砂糖	米油

食育の日
『世界の味めぐり』
-ギリシャ-

十五夜
給食

2年　国語科
プレゼン献立
『沖縄料理』

※材料の都合により献立の内容を変更することがあります。