

令和7年度 丸岡南中学校 8・9月学校給食予定献立表

つぐみ福祉会
丸岡南中事業所

A食								B食							
日	献立			材料			備考	日	献立			材料			備考
8/28 (木) A	ご飯 おろし豚カツ フレンチサラダ もやしのスープ			米 (豚カツ) 大根 ハム キャベツ 人参 きゅうり コーン 豆腐 もやし えのき 玉葱 じゃが芋 葱				8/28 (火) B	きつね丼 フレンチサラダ もやしのスープ			米 鶏肉 薄揚げ 卵 枝豆 生姜 ハム キャベツ 人参 きゅうり コーン 豆腐 もやし えのき 玉葱 じゃが芋 葱			
	802	40.2	25.2	295	3.7	110.4	2.1		812	34.3	27.2	324	2.9	114.7	2.5
8/29 (金) A	ご飯 鶏の唐揚げ さっぱり竹輪サラダ 野菜の味噌汁			米 鶏肉 にんにく 片栗粉 竹輪 玉葱 人参 きゅうり 枝豆 玉葱 小松菜 かぼちゃ えのき				8/29 (金) B	パン メンチカツ マカロニサラダ 肉団子のスープ			コッペパン (メンチカツ) マカロニ 玉葱 人参 きゅうり マヨネーズ (肉団子) 玉葱 しめじ じゃが芋 葱			
	809	31.3	22.6	335	2.6	113.7	2.3		810	25.6	31	361	2.6	101.4	2.1
9/1 (月) A	中華丼 大根とわかめの酢の物 かきたまスープ			米 豚肉 白菜 もやし 人参 干し椎茸 葱 大根 きゅうり わかめ 卵 鶏肉 玉葱 葱											
	805	34.8	29.9	317	2.5	104	2.2								
2 (火) A	ご飯 鯔の竜田揚げ 切干大根の炒め煮 実だくさん味噌汁			米 鯔 生姜 片栗粉 切干大根 薄揚げ 干し椎茸 人参 枝豆 豚肉 豆腐 人参 こんにゃく さつま芋 大根 葱											
	803	38.4	22.5	381	2.9	119.1	2.5								
3 (水) A 予行	ご飯 焼肉風炒め物 ハンサンスー チキンスープ			米 豚肉 玉葱 人参 キャベツ 春雨 ハム きゅうり コーン ごま 鶏肉 大根 もやし じゃが芋 葱											
	804	35.5	22.6	276	1.9	119.8	1.8								
4 (木) A 体育祭	チキンカレーライス こんにゃくサラダ デザート			米 鶏肉 玉葱 じゃが芋 人参 にんにく 生姜 カレールウ こんにゃく ハム キャベツ きゅうり (りんごゼリー)											
	801	27.1	28.2	290	3.1	109.6	3								
5 (金) A	ご飯 酢豚 打ち豆サラダ 葱スープ			米 豚肉 片栗粉 玉葱 人参 じゃが芋 大豆 枝豆 コーン ハム キャベツ きゅうり 鶏肉 豆腐 人参 わかめ 葱											
	823	31.7	26.5	314	2.5	118.9	2								
8 (月) A 文化祭	ご飯 鶏肉のトマト煮 きゅうりとささみのサラダ かぼちゃのスープ			米 鶏肉 玉葱 赤ピーマン 黄ピーマン トマト缶 片栗粉 ささみ きゅうり キャベツ かぼちゃ ウインナー しめじ 玉葱 人参											
	807	35.5	27.5	112	2.4	112	2.1								
9 (火) A	豚丼 小松菜ともやしの磯辺和え 白玉入り味噌汁			米 豚肉 玉葱 生姜 小松菜 もやし 人参 ツナ のり ごま (白玉) 鶏肉 薄揚げ 白菜 人参 葱				9 (火) B	ご飯 豚の生姜焼き 和風大根サラダ 白玉入り味噌汁			米 豚肉 生姜 玉葱 鶏肉 大根 きゅうり コーン かつお節 (白玉) 鶏肉 薄揚げ 白菜 人参 葱			
	821	36.6	23	374	3	112.4	2.7		836	33.5	23.6	266	2	115	1.9
10 (水) A	ご飯 冷しゃぶ 春巻き ウインナースープ			米 豚肉 大根 きゅうり キャベツ ごま トマト (春巻き) ウインナー 玉葱 人参 コーン チンゲンサイ				10 (水) B	ご飯 すき焼き煮 キャベツの胡麻和え ウインナースープ			米 豚肉 豆腐 人参 しらたき 干椎茸 葱 キャベツ もやし 薄揚げ ごま ウインナー 玉葱 人参 コーン チンゲンサイ			
	825	33.8	21.6	336	2.8	118.8	1.7		800	35.4	28.9	401	3.3	116.6	1.8
11 (木) A	ご飯 鯖の味噌焼き ひじきの煮物 けんちん汁			米 鯖 豚肉 ひじき 薄揚げ 人参 こんにゃく 枝豆 豆腐 鶏肉 大根 ごぼう 人参 小松菜				アイアン献立							
	821	39.4	28.7	414	3.4	110	2.4								
12 (金) A	ご飯 ポークケチャップ ポテトサラダ なめこのすまし汁			米 豚肉 玉葱 しめじ コーン じゃが芋 ウインナー きゅうり 人参 チーズ マヨネーズ なめこ 玉葱 薄揚げ わかめ				12 (金) B	ご飯 揚げ餃子 野菜のにんにく味噌炒め なめこのすまし汁			米 (餃子) 豚肉 キャベツ コーン もやし 人参 にんにく なめこ 玉葱 薄揚げ わかめ			
	831	29.5	25.4	282	1.9	116	2.1		829	36	27.1	331	2.6	116.2	2.3
栄養価	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(%)	カルシウム(mg)	鉄(mg)	炭水化物(g)	塩分(g)	栄養価	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(%)	カルシウム(mg)	鉄(mg)	炭水化物(g)	塩分(g)

日	献立			材料			備考	日	献立			材料			備考
16 (火) A	ご飯 炒り鶏 ツナサラダ カレースープ			米 鶏肉 竹の子 人参 こんにゃく 里芋 いんげん ツナ 切干大根 キャベツ きゅうり 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 しめじ キャベツ カレールウ											
	825	32.9	27.1	320	2.8	116	2.1								
17 (水) A	ご飯 鶏肉の照りチーズ焼き 青のりポテトビーンズ 豆腐のすまし汁			米 鶏肉 チーズ じゃが芋 大豆 青のり 豆腐 玉葱 人参 しめじ 葱											
	804	34	30	397	3.5	108	2		歯ッピー献立						
18 (木) A	あぶらげご飯 飛び魚フライ 梅マヨサラダ さつま芋の味噌汁			米 厚揚げ 人参 ごま (飛び魚フライ) キャベツ もやし きゅうり マヨネーズ 梅 さつま芋 薄揚げ こんにゃく 大根 人参 葱											
	812	34.1	25.8	355	3.3	106.9	2.1		ふるさと献立						
19 (金) A	ソフト麺 ジャージャーソースかけ ひじきコロッケ コールスローサラダ			ソフト麺 豚肉 鶏肉 玉葱 人参 グリンピース ハヤシルウ (ひじきコロッケ) キャベツ きゅうり 玉葱 コーン											
	825	38	31.8	330	3	110.5	2								
22 (月) A	ご飯 肉じゃが 炒めきゅうり 豆腐のスープ			米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 しらたき グリンピース きゅうり 生姜 にんにく 豚肉 豆腐 人参 玉葱 もやし											
	802	29.7	22.5	285	2.5	123.1	1.7								
24 (水) A	ご飯 赤魚の天ぷら 厚揚げの煮物 豚汁			米 赤魚 小麦粉 片栗粉 厚揚げ はんぺん 人参 いんげん 豚肉 薄揚げ 人参 白菜 葱				24 (水) B	ご飯 ハワイアン ハンバーグ れんこんのさっぱりサラダ コンソメスープ			米 (ハンバーグ) パイナップル ツナ れんこん キャベツ 人参 きゅうり ごま 鶏肉 さつま芋 玉葱 コーン			
	816	42.9	25.1	491	3.7	110.5	2.2		819	26.5	20.3	343	2.4	131.2	2
25 (木) A	ご飯 青椒肉絲 春雨サラダ ワンタンスープ			米 豚肉 にんにく 生姜 ピーマン パプリカ 竹の子 春雨 ハム きゅうり コーン キャベツ ごま (ワンタン) もやし 玉葱 人参 葱				25 (木) B	ご飯 鶏肉の甘酢あんかけ ごぼうサラダ 切干大根のうま煮			米 鶏肉 玉葱 片栗粉 ごぼう 人参 きゅうり キャベツ 切干大根 薄揚げ 人参 じゃが芋 干椎茸 いんげん			
	805	29.4	24.8	291	2.1	121.3	1.9		830	27.6	27	313	2.1	119.6	2.1
29 (月) A	ご飯 チキン南蛮 もやしのお浸し 打ち豆入り野菜スープ			米 鶏肉 小麦粉 (タルタルソース) 片栗粉 薄揚げ もやし 人参 かつお節 大豆 さつま芋 小松菜 キャベツ 大根				29 (月) B	ご飯 豚キムチ いろいろ野菜のサラダ 打ち豆入り野菜スープ			米 豚肉 (白菜キムチ) もやし 人参 ニラ 鶏肉 じゃが芋 コーン キャベツ 人参 大豆 さつま芋 小松菜 大根 キャベツ			
	815	29.3	28.3	324	2.6	116.1	2.6		815	32.1	25.7	344	3.2	122.8	2.8
30 (火) A									プラスワン献立						
栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質 (%)	カルシウム (mg)	鉄(mg)	炭水化物(g)	塩分 (g)	栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質 (%)	カルシウム (mg)	鉄(mg)	炭水化物(g)	塩分 (g)