

Cブロック(中学校)

令和 7 年度 8・9 月分 献立

日	8月27日 (水)		8月28日 (木)		8月29日 (金)		9月 1日 (月)		9月 2日 (火)		9月 3日 (水)	
献立名	黒パン 牛乳(Ⓢ250ml) グラタン ABCスープ クリーミーサラダ		SDGsドライカレー(麦御飯) 牛乳(Ⓢ250ml) もやしのサラダ レモンマフィン		★御飯 牛乳(Ⓢ250ml) 鶏肉の照り焼き 味噌汁 切干大根のサラダ		御飯 牛乳(Ⓢ250ml) ししゃもフライ(2) だぶ ごま和え		★肉丼(御飯) 牛乳(Ⓢ250ml) 和風フレンチ		御飯 牛乳(Ⓢ250ml) ハンバーグ アイリッシュスープ 枝豆サラダ	
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	黒パン80g	125	麦御飯	105	御飯	92	御飯	92	御飯	113	御飯	92
	牛乳(250ml)	257	豚もも挽肉	24	牛乳(250ml)	257	牛乳(250ml)	257	★豚もも肉(酒漬)	35	牛乳(250ml)	257
	カップグラタン(かぼちゃ)60g	60	豚肩挽肉	24	★鶏もも切身(酒漬)70g	70	ししゃもフライ25g	50	★豚肩肉(酒漬)	35	ハンバーグ(ケチャップ)60g	60
	アルファベットマカロニ	6	玉ねぎ	36	米油	1	米油	6	玉ねぎ	55		
	白菜	25	人参	12	濃口醤油	3	中濃ソース(ボトル)	5	白滝	36		
	人参	15	なす	12	本みりん	1.5	鶏もも肉皮なし	15	(冷凍)ほうれん草	15	豚肩肉角切り	18
	玉ねぎ	20	ズッキーニ	12	清酒	0.6	玉麴	0.9	根生姜	0.7	じゃが芋	45
	ポークウィンナー(カット)	12	トマト(カット)	18	上白糖	0.6	(冷凍)一口生揚げ	18	本みりん	1.2	人参	15
	バラベーコン	5	ピーマン	6	水	4	かまぼこ	9	上白糖	3	玉ねぎ	30
	(冷凍)グリーンピース	5	にんにく	0.3	根生姜	0.3	人参	9	濃口醤油	10	大麦	9
	濃口醤油	1.2	根生姜	0.3	じゃが芋	25	(冷蔵)れんこん	8	牛乳(250ml)	257	スープストック	1.2
	塩	0.8	カレー粉	1	玉ねぎ	10	突こんにゃく	10	ひじき	0.6	ローリエ	0.03
	白こしょう	0.05	ウスターソース	8	油揚げ	8	干椎茸スライス	1	キャベツ	45	米油	1.2
	鶏がらスープの素	0.3	トマトケチャップ	8	木綿豆腐	25	長ねぎ	4	きゅうり	12	塩	0.9
	鶏がら	6	塩	0.4	乾燥カットわかめ	0.6	うすくち醤油	3.5	人參	8	白こしょう	0.05
材料名及び分量(一人分のグラム数)	キャベツ	40	馬鈴薯澱粉	0.7	白味噌	14	塩	0.6	米サラダ油	3	キャベツ	40
	きゅうり	12	水	18	かつお削り節パック(だし用)	1.2	昆布パック	1.5	濃口醤油	3.8	人參	7
	人參	10			煮干しパック	2.5	かつお削り節パック(だし用)	3			(冷凍)枝豆(むき実)	10
	コーンクリームドレッシング(ボトル)	7.5	牛乳(250ml)	257	切干大根	7	馬鈴薯澱粉	1.2			ホールコーン	15
			もやし	55	きゅうり	12					塩	0.15
			きゅうり	15	人参	10	小松菜	30			白こしょう	0.03
			米サラダ油	2.5	米サラダ油	3	白菜	40			マヨネーズ(チューブ)	7.5
			濃口醤油	3	濃口醤油	4.4	もやし	20				
			レモンマフィン25g	25			白ねりごま	3				
							濃口醤油	3.5				
							上白糖	1.8				

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目【卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ】を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。

※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。

Cブロック(中学校)

令和 7 年度 8・9 月分 献立

日	9月4日 (木)		9月5日 (金)		9月8日 (月)		9月9日 (火)		9月10日 (水)		9月11日 (木)	
献立名	御飯 牛乳(Ⓢ250ml) 豚キムチ 醤油フレンチ 冷凍みかん		ピリ辛ひじき丼(麦御飯) 牛乳(Ⓢ250ml) 卵の花コロッケ 変わり和え		麦御飯 牛乳(Ⓢ250ml) 豆とかぼちゃのコロッケ ごぼうと豚肉の炒め煮 わかめ和え		★御飯 牛乳(Ⓢ250ml) 鮭の塩焼き 肉じゃが コーンサラダ		味噌ラーメン 牛乳 春巻き きゅうりのサラダ		御飯 牛乳(Ⓢ250ml) チキンハムカツ つぼん汁 千草和え	
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	御飯	92	麦御飯	105	麦御飯	83	御飯	92	中華麺	231	御飯	92
	牛乳(250ml)	257	ひじき	4.5	牛乳(250ml)	257	牛乳(250ml)	257	もやし	20	牛乳(250ml)	257
	豚肩肉	35	ごぼう	5	豆とかぼちゃのコロッケ80g	80	★銀鮭切身(甘塩)70g	70	長ねぎ	15	チキンハムカツ50g	50
	豚もも肉	30	人参	10	米油	9	米油	1	人参	7	米油	6
	白菜キムチ	30	にんにく	0.7	ごぼう	40	じゃが芋	50	豚肩挽肉	5	中濃ソース(ボトル)	5
	玉ねぎ	35	(冷凍)さやいんげん	5	豚もも肉	12	玉ねぎ	40	豚もも挽肉	5	鶏もも肉	15
	にら	7	豚もも挽肉	30	板こんにゃく	15	突こんにゃく	25	ホールコーン	15	鶏胸肉	15
	人参	10	豆板醤	0.3	人参	15	(冷凍)さやいんげん	15	根生姜	0.7	洗い里芋	14
	にんにく	0.3	濃口醤油	5.4	(冷凍)さやいんげん	10	人参	20	にんにく	0.3	突こんにゃく	15
	米油	0.5	上白糖	3	根生姜	1	豚もも肉	12	上白糖	0.8	焼き豆腐	18
	清酒	3	ごま油	1	米油	1	豚肩肉	12	濃口醤油	4.3	干椎茸スライス	1
	上白糖	1.5	水	20	清酒	3	濃口醤油	7.5	中華用スープストック	0.8	生竹輪	12
	塩	0.7	牛乳(250ml)	257	上白糖	2.5	水	30	白こしょう	0.05	人参	10
	白こしょう	0.05	卵の花コロッケ70g	70	濃口醤油	6	キャベツ	50	ごま油	0.5	うすくち醤油	8.5
	白いりごま	1	米油	8	水	20	きゅうり	12	鶏がら	5	塩	0.4
	ごま油	0.5	中濃ソース(ボトル)	5	乾燥カットわかめ	0.6	ホールコーン	12	牛乳(200ml)	206	煮干しパック	3
	キャベツ	50	もやし	40	大根	35	米サラダ油	2.5	春巻50g	50	本みりん	1.2
	きゅうり	12	きゅうり	12	きゅうり	10	濃口醤油	3.9	米油	7	キャベツ(冷凍)ほうれん草	30
	人参	7	人参	7	米サラダ油	2.5			キャベツ	25	ホールコーン	25
	米サラダ油	3	ホールコーン	18	濃口醤油	2.5			きゅうり	30	人参	7
	濃口醤油	3	濃口醤油	3	塩	0.15			人参	10	米サラダ油	2.5
	(冷凍)みかん	75	米サラダ油	3					和風ドレッシング(ボトル)	7.5	濃口醤油	3
			パックかつお削り節	0.5								

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目【卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ】を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。

※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。

Cブロック(中学校)

令和 7 年度 8・9 月分 献立

日	9月12日 (金)		9月16日 (火)		9月17日 (水)		9月18日 (木)		9月19日 (金)		9月22日 (月)	
献立名	子どもパン 牛乳(Ⓢ250ml) チリコンカン フルーツポンチ		御飯 牛乳(Ⓢ250ml) 麻婆豆腐 野菜サラダ		御飯 牛乳(Ⓢ250ml) レバーの香味和え 呉汁 和風サラダ		御飯 牛乳 魚すり身フライ さつま汁 即席漬け		コッペパン 乳飲料コーヒー フランクフルトのオイル焼き コーンチャウダー キャベツのサラダ		御飯 牛乳(Ⓢ250ml) チキン南蛮(パックタルタルソース) さつま芋の味噌汁 中華風即席漬け	
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	子供パン80g	119	御飯	92	御飯	92	御飯	92	コッペパン80g	114	御飯	92
	牛乳(250ml)	257	牛乳(250ml)	257	牛乳(250ml)	257	牛乳(200ml)	206	乳飲料コーヒー	200	牛乳(250ml)	257
	大豆	25	木綿豆腐	120	豚レバー(生姜醤油にんにく漬) 濃粉付	55	魚すり身フライ60g	60	フランクフルト50g	50	鶏もも切身(酒生姜漬) 濃粉付60g	60
	豚もも挽肉	15	長ねぎ	12	米油	9	米油	7	米油	0.6	米油	8
	豚肩挽肉	15	たけのこ	12	濃口醤油	4.6	木綿豆腐	36	鶏もも肉皮なし	6	玉ねぎ	8
	玉ねぎ	35	豚もも挽肉	12	上白糖	2.9	洗い里芋	25	鶏胸肉皮なし	6	上白糖	2
	人参	10	豚肩挽肉	12	本みりん	1.2	人参	12	バラベーコン	10	米酢	2.5
	にんにく	0.2	人参	8	清酒	1.2	大根	15	じゃが芋	25	濃口醤油	3
	米油	1	にら	6	白いりごま	1.8	板こんにゃく	12	玉ねぎ	40	七味唐辛子	0.03
	トマトケチャップ	19	根生姜	0.5	水	6	鶏もも肉皮なし	6	(冷凍) クリームコーン	20	水	2
	ウスターソース	3	にんにく	0.2	大豆	9	鶏胸肉皮なし	6	ホールコーン	12	パックタルタルソース(卵抜き) 8g	8
	スープストック	0.5	米油	1	大根	20	油揚げ	6	牛乳	40	豚肩肉	5
	チリパウダー	0.35	赤味噌	6	板こんにゃく	14	長ねぎ	6	ホワイトルウ	10	豚もも肉	5
	パプリカ	0.3	濃口醤油	2.5	ごぼう	12	白味噌	17	ホワイトルウ	4	(冷蔵) さつま芋	30
	白こしょう	0.05	上白糖	1.7	長ねぎ	12	煮干しパック	2.5	脱脂粉乳	3	(冷蔵) 豆腐	25
	水	30	中華用スープストック	0.6	人参	12			粉チーズ	0.7	長ねぎ	8
	ミックスフルーツ	45	馬鈴薯濃粉	1.7	油揚げ	7	キャベツ	55	塩	0.05	根生姜	0.9
	カットはちみつレモンゼリー	20	豆板醤	0.5	白味噌	13	きゅうり	12	白こしょう	1	突こんにゃく	15
	ナタデココ	15	ごま油	0.5	煮干しパック	2.5	濃口醤油	1.5	米油	1	白味噌	13
	オレンジジュース(濃縮還元)	30	水	25			塩	0.3			かつお削り節パック(だし用)	1.8
			キャベツ	35	キャベツ	40			キャベツ	45	昆布パック	1.5
			きゅうり	12	ホールコーン	15			きゅうり	12		
			人参	6	人参	7			人参	8	キャベツ	50
			ホールコーン	12	きゅうり	15			玉ねぎドレッシング(ボトル)	7.5	きゅうり	15
			塩	0.12	濃口醤油	3					人参	7
			白こしょう	0.02	米サラダ油	2.5					ごま油	0.25
			マヨネーズ(チューブ)	7.5							塩	0.3
											濃口醤油	1.3

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目【卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ】を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。

※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。

Cブロック(中学校)

令和 7 年度 8・9 月分 献立

日	9月24日 (水)		9月25日 (木)		9月26日 (金)		9月29日 (月)		9月30日 (火)			
献立名	白ごま鶏うどん 牛乳 大豆とごぼうのメンチカツ 変わり浸し		御飯 牛乳(Ⓜ250ml) さばのすだちソースかけ とうがん汁 マカロニサラダ おはぎ		御飯 牛乳(Ⓜ250ml) ヤンニョムチキン 豆腐団子と春雨のスープ もやしときゅうりのサラダ		ハヤシライス(麦御飯) 牛乳(Ⓜ250ml) 海そうサラダ シークワサーゼリー		御飯 牛乳(Ⓜ250ml) 野菜入り肉団子(3) かみなり汁 きくらげサラダ			
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	地粉うどん	252	御飯	92	御飯	92	麦御飯	105	御飯	92		
	鶏もも肉	15					豚もも肉	20				
	長ねぎ	15	牛乳(250ml)	257	牛乳(250ml)	257	豚肩肉	20	牛乳(250ml)	257		
	油揚げ	10					じゃが芋	45				
	人参	8	さば切身(酒漬)60g	60	鶏もも肉皮なし角切り(酒生姜にんにく漬)	55	玉ねぎ	45	野菜入り肉団子25g	75		
	濃口醤油	2.5	米油	1	馬鈴薯澱粉	9	人参	20				
	白味噌	15	にんにく	0.12	米油	9	粉チーズ	5	木綿豆腐	40		
	白ねりごま	4.5	長ねぎ	2.4	トマトケチャップ	6	ウスターソース	2.5	(冷凍)液卵	20		
	白すりごま	2.4	根生姜	0.3	本みりん	2.4	トマトケチャップ	2.5	玉ねぎ	15		
	煮干しパック	1.2	すだち果汁	0.36	濃口醤油	2.4	ハヤシルウ	20	鶏もも肉皮なし	7		
	かつお削り節パック(だし用)	2.4	濃口醤油	2.4	上白糖	2	プロセスチーズ(ダイス状)	4	鶏胸肉皮なし	7		
	塩	0.06	本みりん	2.2	豆板醤	0.04	白こしょう	0.05	人参	8		
			水	3.6	水	2.5	米油	1	長ねぎ	7		
	牛乳(200ml)	206	馬鈴薯澱粉	0.15	白いりごま	1.2			米油	1.1		
							牛乳(250ml)	257	濃口醤油	8		
	大豆とごぼうのメンチカツ60g	60	とうがん	25	人参	12			塩	0.4		
	米油	7	人参	10	チンゲンサイ	15	キャベツ	37	煮干しパック	2.5		
			糸みつば	4	豆腐ミートボール	35	きゅうり	12	かつお削り節パック(だし用)	1.2		
	キャベツ	25	豚肩肉	15	春雨	6	人参	7				
	(冷凍)ほうれん草	14	なると	7	濃口醤油	2.5	乾燥カットわかめ	0.8	キャベツ	34		
	人参	10	干椎茸スライス	0.8	清酒	1.2	濃口醤油	3	人参	7		
	もやし	35	うすくち醤油	9	塩	0.8	米サラダ油	1.8	きゅうり	12		
	濃口醤油	3.5	かつお削り節パック(だし用)	2	中華用スープストック	0.8			乾燥きくらげ	0.5		
	米サラダ油	1.2			鶏がら	6	シークワサーゼリー50g	50	中華ドレッシング(ボトル)	7.5		
			サラダ用マカロニ	7								
			米サラダ油	0.15	もやし	55						
			きゅうり	10	きゅうり	15						
			キャベツ	15	人参	10						
			人参	12	米サラダ油	2.5						
			ホールコーン	7	濃口醤油	3						
			米サラダ油	2.4								
			濃口醤油	3								
			塩	0.12								
			白こしょう	0.01								
			おはぎ50g	50								

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目【卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ】を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。

※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。