



Cブロック(中学校)

## 令和 8 年度 6 月分 献立

日	6月9日 (火)	6月10日 (水)	6月11日 (木)	6月12日 (金)	6月15日 (月)	6月16日 (火)						
献立名	麦御飯 牛乳(㊤250ml) あじ磯辺フライ キャベツと豚肉のごまスープ 酢の物	ツイストパン 牛乳(㊤250ml) チリコンカン マカロニサラダ	御飯 牛乳(㊤250ml) 大豆とごぼうのメンチカツ 切干大根の五目煮 変わり和え	もやしラーメン 牛乳 揚げ餃子(2) 野菜サラダ	カレーライス(麦御飯) 牛乳(㊤250ml) 中華風即席漬け ドライブルーン	御飯 牛乳(㊤250ml) さんまの梅煮 高野煮 コーンサラダ						
材料名及び分量(一人分のグラム数)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)						
	麦御飯	83	ツイストパン80g	121	御飯	92	中華麺100g	220	麦御飯	105	御飯	92
	牛乳(250ml)	257	牛乳(250ml)	257	牛乳(250ml)	257	豚肩肉	12	じゃが芋	45	牛乳(250ml)	257
	あじ磯辺フライ60g	60	大豆	25	大豆とごぼうのメンチカツ60g	60	豚もも肉	12	玉ねぎ	45	さんまの梅煮50g	50
	米油	7	豚もも挽肉	15	米油	7	もやし	36	人参	20	大根	35
	中濃ソース(ボトル)	5	豚肩挽肉	15	切干大根	10	人参	12	にら	7	ごぼう	8
	豚もも肉	20	玉ねぎ	35	人参	12	根生姜	0.7	豚もも肉	20	にんにく	0.3
	シヨルダーベーコン	6	人参	10	生竹輪	15	米油	0.6	豚肩肉	20	米油	1
	キャベツ	30	にんにく	0.2	豚肩肉	7	塩	0.6	カレールー	18	米油	1
	玉ねぎ	40	米油	1	豚もも肉	7	濃口醤油	10	粉チーズ	4	カレールウ	18
	人参	12	トマトケチャップ	19	干椎茸スライス	0.8	白こしょう	0.05	プロセスチーズ(ダイス状)	4	粉チーズ	4
	長ねぎ	10	ウスターソース	3	米油	1.2	中華用スープストック	0.6	トマトケチャップ	2.5	鶏胸肉	6
	にんにく	0.35	スープストック	0.5	濃口醤油	7	鶏がら	8	ウスターソース	2.5	鶏もも肉	6
	根生姜	0.35	チリパウダー	0.35	上白糖	2.5	牛乳(200ml)	206	ガラムマサラ	0.15	高野豆腐	5.5
	白ねりごま	0.6	パプリカ	0.3	本みりん	1.2	餃子27g	54	牛乳(250ml)	257	(冷凍)さやいんげん	4
	白すりごま	1.2	白こしょう	0.05	水	40	米油	6	キャベツ	50	濃口醤油	7.5
ごま油	1.2	水	30	もやし	40	キャベツ	45	きゅうり	15	上白糖	2.5	
清酒	0.6	フジッリマカロニ	7	ホールコーン	20	きゅうり	12	人参	7	本みりん	1.2	
うすくち醤油	1.8	米サラダ油	0.15	きゅうり	15	人参	10	濃口醤油	1.3	水	20	
塩	0.85	きゅうり	10	人参	8	中華ドレッシング(ボトル)	7.5	ブルー(2個入)16g	16	キャベツ	40	
白こしょう	0.04	キャベツ	15	ごま油	0.3					ホールコーン	15	
鶏がらスープの素	0.6	人参	12	濃口醤油	2.7					人参	7	
きゅうり	12	ホールコーン	7	米サラダ油	2.5					きゅうり	15	
春雨	6	米サラダ油	2.4	濃口醤油	2.5					濃口醤油	3	
乾燥カットわかめ	0.6	濃口醤油	3	米酢	2.5					米サラダ油	2.5	
米酢	3.6	塩	0.12	パックかつお削り節	0.5							
濃口醤油	3.6	白こしょう	0.01									
上白糖	1.5											
塩	0.12											

※★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・麺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。

日	6月17日 (水)	6月18日 (木)	6月19日 (金)	6月22日 (月)	6月23日 (火)	6月24日 (水)						
献立名	セルフハンバーガー (こどもパン・照り焼きハンバーグ) 牛乳(Ⓜ250ml) コーンチャウダー フレンチサラダ	わかめ麦御飯 牛乳(Ⓜ250ml) 鶏肉の唐揚げ(2) 大根の味噌汁 お浸し シークワースーアタルト	かてめし(麦御飯) 牛乳(Ⓜ250ml) 豚肉とさつまいの揚げ和え 枝豆サラダ	★肉丼(御飯) 牛乳(Ⓜ250ml) 和風フレンチ	御飯 乳飲料コーヒー チキンメンチカツ 豚汁 切干大根のサラダ	★御飯 牛乳(Ⓜ250ml) さばの塩焼き 肉じゃが もやしの和え物						
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)	(g)	(g)	(g)	(g)						
	子供パン80g バーガー用ハンバーグ60g 米油 濃口醤油 上白糖 本みりん 馬鈴薯澱粉 水	119 60 1 2.5 1.5 1 0.2 5	わかめ麦御飯 牛乳(250ml) 鶏もも切身身なし(醤油油にんにく漬)30g 馬鈴薯澱粉 米油	83 257 60 6 8	麦御飯 油揚げ 高野豆腐(拍子木切り) 人参 (冷凍)さやいんげん ごぼう 糸昆布 かんぴょう 干椎茸スライス 上白糖 濃口醤油 清酒 水	83 6 3.5 15 8 12 0.5 3 1.2 3 6 1 20	御飯 ★豚もも肉(酒漬) ★豚肩肉(酒漬) 玉ねぎ 白滝 人参 (冷凍)ほうれん草 根生姜 本みりん 上白糖 濃口醤油	113 35 35 55 36 12 15 0.7 1.2 3 10	御飯 乳飲料コーヒー チキンメンチカツ60g 米油 中濃ソース(ボトル)	92 200 60 7 5	御飯 牛乳(250ml) ★さばの文化干し60g 米油	92 257 60 1
	牛乳(250ml)	257	木綿豆腐 大根 人参 長ねぎ 白味噌 煮干しパック かつお削り節パック(だし用)	25 15 6 12 14 2.5 1.2	牛乳(250ml) 豚肩肉角切(酒漬) 馬鈴薯澱粉 (冷蔵)さつまい 米油 濃口醤油 上白糖 本みりん 清酒 白いりごま 水	257 35 5.5 35 9 4 3 1.2 1.2 1 5	牛乳(250ml) ひじき キャベツ きゅうり 人参 米サラダ油 濃口醤油	257 0.6 45 12 8 3 3.8	木綿豆腐 じゃが芋 人参 豚肩肉 豚もも肉 ごぼう 油揚げ 板こんにゃく 長ねぎ 根生姜 米油 白味噌	30 28 20 10 10 10 7 8 5 1 0.5 13	じゃが芋 玉ねぎ 突こんにゃく (冷凍)さやいんげん 人参 豚もも肉 豚肩肉 濃口醤油 上白糖 水	50 40 25 15 20 12 12 7.5 3.2 30
	じゃが芋 玉ねぎ 人参 (冷凍)クリームコーン ホールコーン 牛乳 ホワイトルウ 脱脂粉乳 粉チーズ 塩 白こしょう 米油	35 35 15 20 15 35 8 4 3 0.6 0.05 1	キャベツ ほうれん草 もやし 濃口醤油 パックかつお削り節	30 20 25 4.4 0.5	牛乳(250ml) 人参 きゅうり 人参 フレンチドレッシング(ボトル)	0.6 45 12 8 3 3.8	切干大根 きゅうり 人参 米サラダ油 濃口醤油	7 12 10 3 4.4	もやし きゅうり 人参 米サラダ油 濃口醤油 米酢 上白糖 塩	50 12 10 2 3.3 2 0.4 0.15		
	キャベツ きゅうり 人参 フレンチドレッシング(ボトル)	45 12 10 7.5	シークワースーアタルト30g	30	キャベツ 人参 (冷凍)枝豆(むき実) ホールコーン 塩 白こしょう マヨネーズ(チューブ)	40 7 10 15 0.15 0.03 7.5						

※★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・麺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 8 年度 6 月分 献立

日	6月25日 (木)	6月26日 (金)	6月29日 (月)	6月30日 (火)		
献立名	ソイ丼(麦御飯) 牛乳(㊤250ml) 春雨サラダ さくらんぼ	白ごま鶏うどん 牛乳 卵の花コロッケ キャベツのサラダ	★御飯 牛乳(㊤250ml) 豚肉の甘辛焼き じゅんさい汁 醤油フレンチ	麦御飯 牛乳(㊤250ml) いわしフライ 芋団子汁 小松菜とえのきのナムル		
材料名及び分量(一人分のグラム数)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)
	麦御飯 105	地粉うどん100g 240	御飯 92	麦御飯 83		
	大豆 18	鶏もも肉 15	牛乳(250ml) 257	牛乳(250ml) 257		
	豚もも挽肉 20	長ねぎ 15	★豚コース切身(酒漬)60g 60	いわしフライ40g 40		
	豚肩挽肉 20	油揚げ 12	米油 1	米油 6		
	シヨルダーベーコン 10	人参 8	濃口醤油 4	中濃ソース(ボトル) 5		
	小松菜 24	濃口醤油 2.5	上白糖 1.6	芋もち 30		
	人参 6	白味噌 15	白ねりごま 4.5	鶏もも肉 12		
	米油 0.5	白ねりごま 4.5	白すりごま 2.4	ごぼう 7		
	水 18	白すりごま 2.4	煮干しパック 1.2	人参 12		
濃口醤油 3.5	かつお削り節パック(だし用) 2.4	水 3	大根 25			
上白糖 1.8	塩 0.06	じゅんさい水煮 20	長ねぎ 12			
本みりん 3.5	牛乳(200ml) 206	木綿豆腐 25	米油 0.7			
カレールウ 6	卵の花コロッケ70g 70	鶏もも肉 10	清酒 1			
塩 0.06	米油 8	干椎茸スライス 1	濃口醤油 7			
牛乳(250ml) 257	キャベツ 45	人参 12	塩 0.5			
キャベツ 35	きゅうり 12	本みりん 0.7	かつお削り節パック(だし用) 2.5			
きゅうり 10	ホールコーン 10	うすくち醤油 9.5				
人参 7	米サラダ油 2	煮干しパック 2.5	小松菜 30			
春雨 4	濃口醤油 3	かつお削り節パック(だし用) 0.7	キャベツ 20			
米サラダ油 3		キャベツ 40	人参 10			
米酢 2.5		きゅうり 12	(冷蔵)えのきたけ 10			
濃口醤油 2.5		ホールコーン 10	濃口醤油 3			
塩 0.15		人参 8	ごま油 1.5			
上白糖 0.3		米サラダ油 2.5	塩 0.12			
洋辛子粉 0.05		濃口醤油 3.7	白こしょう 0.02			
さくらんぼ(2粒袋) 11						

※★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・麺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。