

Cブロック(中学校)

令和 8 年度 9 月分 献立

日	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)	
献立名	★御飯 牛乳(㊥250ml) 豚肉の生姜焼き 味噌汁 コーンサラダ		キーマカレー(ナン) 牛乳 クリーミーサラダ パインゼリー		白ごま鶏うどん 牛乳 大豆とごぼうのメンチカツ お浸し		御飯 牛乳(㊥250ml) 照り焼きハンバーグ 高野煮 もやしのサラダ		御飯 牛乳(㊥250ml) 魚すり身フライ 五目金平 小松菜とえのきのナムル		御飯 牛乳(㊥250ml) 卵の花コロッケ かみなり汁 変わり浸し 冷凍みかん	
材料名及び分量 (一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	御飯	92	ナン120g	120	地粉うどん100g	240	御飯	92	御飯	92	御飯	92
	牛乳(250ml)	257	ドライパックひよこ豆	25	鶏もも肉	17	牛乳(250ml)	257	牛乳(250ml)	257	牛乳(250ml)	257
	★豚ロース切身(酒漬)60g	60	豚肩挽肉	20	長ねぎ	17	ハンバーグ60g	60	魚すり身フライ60g	60	卵の花コロッケ70g	70
	米油	1	豚もも挽肉	20	油揚げ	12	米油	1	米油	7	米油	8
	根生姜	0.7	玉ねぎ	45	人参	8	濃口醤油	4	ごぼう	25	玉ねぎ	5
	濃口醤油	3	人参	20	濃口醤油	2.5	濃口醤油	4		15	木綿豆腐(冷凍)液卵	20
	本みりん	1.5	にんにく	0.3	白味噌	15	上白糖	2	人参	30	鶏もも肉皮なし	7
	水	5	根生姜	0.3	白ねりごま	4.5	本みりん	1	(冷凍)さやいんげん	5	鶏胸肉皮なし	7
	じゃが芋	25	粉チーズ	3	白すりごま	2.4	馬鈴薯澱粉	0.3	鶏胸肉	15	鶏胸肉皮なし	7
	玉ねぎ	10	プロセスチーズ(ダイス状)	3	煮干しパック	1.2	水	5	鶏もも肉	15	人参	8
	油揚げ	8	ウスターソース	2	かつお削り節パック(だし用)	2.4	大根	35	濃口醤油	5.5	米油	5
	木綿豆腐	25	トマトケチャップ	1	塩	0.06	ごぼう	8	上白糖	2.5	水	1
	乾燥カットわかめ	0.6	カレールウ	16	牛乳(200ml)		人参	15	水	6	濃口醤油	8
	白味噌	14	塩	0.2	大豆とごぼうのメンチカツ60g		板こんにゃく	15	小松菜	30	塩	0.4
	かつお削り節パック(だし用)	1.2	米油	1	キャベツ(冷凍)ほうれん草		鶏胸肉	6	キャベツ	20	煮干しパック	2.5
	煮干しパック	2.5	ガラムマサラ	0.15	人参		鶏もも肉	6	人参	10	かつお削り節パック(だし用)	1.2
			クミン	0.01	濃口醤油		高野豆腐	5.5	(冷蔵)えのきたけ	10	キャベツ(冷凍)ほうれん草	25
	キャベツ	50	牛乳(200ml)		パックかつお削り節		(冷凍)さやいんげん	4	濃口醤油	3	人参	14
	きゅうり	12	キャベツ	40			濃口醤油	7.5	ごま油	1.5	もやし	10
	ホールコーン	12	きゅうり	12			上白糖	2.5	塩	0.12	濃口醤油	35
	米サラダ油	2.5	人参	10			本みりん	1.2	白こしょう	0.02	米サラダ油	3.5
	濃口醤油	3.9	コーンクリーミードレッシング(ボトル)	7.5			水	20			ごま油	1.2
			パインゼリー50g	50			もやし	55			(冷凍)みかん	70
							きゅうり	15				
							人参	10				
							米サラダ油	2.5				
							濃口醤油	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・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 9 月分 献立

日	9月10日 (木)		9月11日 (金)		9月14日 (月)		9月15日 (火)		9月16日 (水)		9月17日 (木)			
献立名	コッパパンスライス 乳飲料コーヒー フランクフルトのケチャップソース パンネのクリーム煮 海そうサラダ		御飯 牛乳(㊤250ml) 鶏肉と根菜のひらつくね 豚汁 ごま和え		麦御飯 牛乳(㊤250ml) 鶏肉のさっぱりすだちソースかけ けんちん汁 千草和え		麦御飯 牛乳(㊤250ml) 豚肉とさつま芋の揚げ和え 呉汁 茎わかめのサラダ		★肉丼(御飯) 牛乳(㊤250ml) 切干大根のサラダ ドライプルーン		御飯 牛乳 あじ磯辺フライ 鶏肉と野菜のすまし汁 キャベたまサラダ			
材料名及び分量 (一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		
	コッパパンスライス80g	114	御飯	92	麦御飯	83	麦御飯	83	御飯	113	御飯	92		
	乳飲料コーヒー	200	牛乳(250ml)	257	牛乳(250ml)	257	牛乳(250ml)	257	★豚もも肉(酒漬) ★豚肩肉(酒漬) 玉ねぎ	35 35 55	牛乳(200ml)	206		
	フランクフルト50g	50	鶏肉と根菜のつくね60g	60	鶏もも切身(酒漬)70g	70	豚肩肉角切(酒漬)	35	白滝	36	あじ磯辺フライ60g	60		
	米油	1	木綿豆腐 じゃが芋 大根 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 15 15 10 10 7 7 5 5 1 0.5 13	米油	1	馬鈴薯澱粉	5.5	人参	12	米油	7		
	トマトケチャップ	7			すだち果汁	1.2	(冷蔵)さつま芋	35	(冷凍)ほうれん草	15	中濃ソース(ボトル)	5		
	ウスターソース	3			濃口醤油	3	米油	9	根生姜	0.7	鶏もも肉 鶏胸肉 大根 人参 小松菜 ごぼう 油揚げ 清酒 うすくち醤油 濃口醤油 かつお削り節パック(だし用)	12 12 18 12 12 10 1 7 1.2 2		
	水	1			上白糖	1.2	濃口醤油	4	本みりん	1.2				
	玉ねぎ じゃが芋 人参 パンネ 鶏もも肉 鶏胸肉 米油 ホワイトルウ 脱脂粉乳 粉チーズ 塩 白こしょう	35 35 12 12 15 15 1.2 8 6 2.4 0.24 0.05	清酒	1.5	上白糖	3	上白糖	3	★プルーン(2個入)16g	16				
			豚肩肉	10	本みりん	1.5	本みりん	1.2					濃口醤油	10
			豚もも肉	10	水	4	清酒	1.2					牛乳(250ml)	257
			ごぼう	7	馬鈴薯澱粉	0.1	水	5						
			油揚げ	7	じゃが芋 大根 人参 ごぼう 長ねぎ 木綿豆腐 板こんにゃく 油揚げ 米油 濃口醤油 塩 煮干しパック かつお削り節パック(だし用)	28 20 12 10 7 30 12 7 0.6 8 0.2 2 0.7	大豆 大根 板こんにゃく ごぼう 長ねぎ 人参 油揚げ 白味噌 煮干しパック	9 20 14 12 12 12 7 13 2.5			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		
			板こんにゃく	5										
長ねぎ			5											
根生姜	1													
米油	0.5	キャベツ (冷凍)ほうれん草 もやし 人参 白ねりごま 上白糖 濃口醤油	35 20 15 7 3 2 4	キャベツ (冷凍)ほうれん草 人参 濃口醤油 米サラダ油	30 25 7 2.8 1.9	キャベツ きゅうり 人参 (冷凍)茎わかめ 濃口醤油 塩 白こしょう マヨネーズ(チューブ)	36 12 7 7 1.2 0.12 0.02 7.5	キャベツ 玉ねぎ きゅうり ホールコーン 和風ドレッシング(ボトル)	35 18 12 12 7.5					
白味噌	13													
キャベツ	30													
きゅうり	14													
人参	8													
乾燥カットわかめ	0.8													
糸寒天	7													
中華ドレッシング(ボトル)	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 9 月分 献立

日	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)	
献立名	ハヤシライス(麦御飯) 牛乳(㊥250ml) 醤油フレンチ 巨峰		御飯 牛乳(㊥250ml) ヤンニョムチキン とうがん汁 マカロニサラダ		味噌ラーメン 牛乳 揚げ餃子(3) きゅうりのサラダ		御飯 牛乳(㊥250ml) なす入り麻婆豆腐 ポテトサラダ 月見団子		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) さばの塩焼き 肉じゃが 和風フレンチ	
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	御飯	92	中華麺100g	220	御飯	92	御飯	92	御飯	92
	豚もも肉	20			もやし	20						
	豚肩肉	20	牛乳(250ml)	257	長ねぎ	15	牛乳(250ml)	257	牛乳(250ml)	257	牛乳(250ml)	257
	じゃが芋	45			人参	7						
	玉ねぎ	45	鶏もも肉皮なし角切(酒生姜にんにく漬)	55	豚肩挽肉	5	木綿豆腐	72	豆とかぼちゃのコロッケ80g	80	★さばの文化干し60g	60
	人参	20	馬鈴薯澱粉	9	豚もも挽肉	5	なす	25	米油	9	米油	1
	粉チーズ	5	米油	10	ホールコーン	15	たけのこ	18				
	ウスターソース	2.5	トマトケチャップ	6	根生姜	0.7	豚もも挽肉	19	ごぼう	40	じゃが芋	50
	トマトケチャップ	2.5	本みりん	2.4	にんにく	0.3	豚肩挽肉	19	豚もも肉	12	玉ねぎ	40
	ハヤシルウ	20	濃口醤油	2.4	上白糖	0.8	人参	12	豚肩肉	12	突こんにゃく	25
	プロセスチーズ(ダイス状)	4	上白糖	2	濃口醤油	4.3	にら	6	板こんにゃく	15	(冷凍)さやいんげん	15
	白こしょう	0.05	豆板醤	0.04	中華用スープストック	0.8	根生姜	0.4	人参	15	人参	20
	米油	1	水	3.5	白こしょう	0.05	にんにく	0.2	(冷凍)さやいんげん	10	豚もも肉	12
					赤味噌	16	米油	1	根生姜	1	豚肩肉	12
	牛乳(250ml)	257	とうがん	25	白すりごま	1.2	赤味噌	6	米油	1	濃口醤油	7.5
			人参	10	ごま油	0.5	濃口醤油	2.5	清酒	3	上白糖	3.2
	キャベツ	50	糸みつば	4	鶏がら	5	上白糖	1.7	上白糖	2.5	水	30
	きゅうり	12	豚肩肉	15			中華用スープストック	0.6	濃口醤油	6		
	人参	7	なると	7	牛乳(200ml)	206	馬鈴薯澱粉	1.7	水	20	ひじき	0.6
	米サラダ油	3	干椎茸スライス	0.8	餃子27g	81	豆板醤	0.3	乾燥カットわかめ	0.6	キャベツ	45
	濃口醤油	3	うすくち醤油	9	米油	9	ごま油	0.4	大根	35	きゅうり	12
			かつお削り節パック(だし用)	2			水	25	人参	12	人参	8
	巨峰(2粒袋)	20			キャベツ	25	(冷蔵)じゃが芋	40	きゅうり	10	米サラダ油	3
			フジッリマカロニ	7	きゅうり	30	人参	10	米サラダ油	2.5	濃口醤油	3.8
			米サラダ油	0.15	人参	10	きゅうり	12	濃口醤油	2.5		
			きゅうり	10	米サラダ油	3	玉ねぎ	15	塩	0.15		
			キャベツ	15	濃口醤油	3	塩	0.2				
			人参	12			白こしょう	0.04				
			ホールコーン	7			マヨネーズ(チューブ)	7.5				
			米サラダ油	2.4			月見団子30g	30				
			濃口醤油	3								
			塩	0.12								
			白こしょう	0.01								

※★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。