

令和7年9月

中学校給食献立表（Aブロック）

さつき学園

実施日	献立名	食品名	実施日	献立名	食品名
8/28 木	コッペパン 牛乳 ポトフ 焼きフランクフルト りっちゃんサラダ	【コッペパン 【とり肉、たまねぎ、じゃがいも、キャベツ、にんじん、パセリ、油、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【フランクフルト、油、ケチャップ、ウスターソース、とんかつソース、三温糖、洋がらし 【ハム、キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン、はなかつお、きざみこんぶ、酢、サラダ油、塩、砂糖	9/12 金	ごはん 牛乳 ポークビーンズ てり焼きハンバーグ かぼちゃサラダ	【米 【ぶた肉、だいず、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、とりがらスープ、トマトピューレ、チリソース、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、塩、こしょう、でんぶん、〈水〉 【ハンバーグ、油、しょうゆ濃、砂糖、みりん、でんぶん、〈水〉 【かぼちゃ、めひじき、酢、サラダ油、塩、こしょう
8/29 金	玄米ごはん 牛乳 夏野菜カレー フレンチサラダ	【米、げんまい 【ぶた肉、かぼちゃ、たまねぎ、なす、ズッキーニ、トマト水煮、さやいんげん、にんにく、土しょうが、油、ポーンストック、小麦粉、マーガリン、純カレー粉、チャツネ、しょうゆ濃、ウスターソース、ケチャップ、塩、三温糖、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【キャベツ、きゅうり、干しわかめ、土しょうが、酢、サラダ油、しょうゆ濃、砂糖、塩、こしょう	9/16 火	ごはんピラフ 牛乳 ペンネのクリーム煮 フレンチサラダ コンソメスープ	【米、コーン、にんじん、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、〈水〉 【ペンネ、ベーコン、かぼちゃ、たまねぎ、こまつな、油、マーガリン、小麦粉、とりがらスープ、牛乳、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【キャベツ、きゅうり、にんじん、セロリー、酢、サラダ油、砂糖、しょうゆ濃、塩、こしょう 【たまねぎ、にんじん、パセリ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉
9/1 月	ビーフピラフ 牛乳 切干大根のサラダ ジャーマンポテト レタスのスープ	【米、牛肉、赤ぶどう酒、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、コーン、油、しょうゆ濃、塩、こしょう、〈水〉 【ツナ、きりほしだいこん、きゅうり、にんじん、白ごま、酢、しょうゆ濃、砂糖、サラダ油、こしょう 【ベーコン、じゃがいも、たまねぎ、パセリ、油、塩、こしょう 【ぶた肉、でんぶん、レタス、にんじん、干しいいたけ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、〈水〉	9/17 水	わかめごはん 牛乳 チヂミ 肉団子の甘酢あん 白菜スープ	【米、干しわかめ、塩、〈水〉 【いか、はくさいキムチ、ニラ、小麦粉、ながいも、とりがらスープ、塩、〈水〉、ごま油、しょうゆ濃、酢、ごま油 【肉団子、油、たまねぎ、にんじん、油、砂糖、しょうゆ濃、酢、でんぶん、〈水〉 【ぶた肉、はくさい、しろねぎ、にんじん、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、しょうゆ濃、塩、こしょう、でんぶん、〈水〉
9/2 火	ごはん 牛乳 さわらの香味焼き がんもどきの煮物 即席漬け みそ汁	【米 【さわら、たまねぎ、にんにく、白ごま、とうがらし、しょうゆ濃、酒、砂糖、油 【がんもどき、しょうゆ濃、三温糖、けずりぶし、〈水〉 【キャベツ、きゅうり、しょうゆ濃、塩 【とり肉、たまねぎ、じゃがいも、えのきたけ、にんじん、ねぎ、みそ、けずりぶし、〈水〉	9/18 木	コッペパン 牛乳 なすのミートサンド 卵焼き 冬瓜と春雨のスープ	【コッペパン 【牛ひき肉、ぶたひき肉、ベーコン、たまねぎ、なす、にんじん、ピーマン、にんにく、油、ケチャップ、トマトピューレ、ウスターソース、とんかつソース、赤ぶどう酒、でんぶん、塩、こしょう 【たまご、ツナ、とりがらスープ、〈水〉、塩、油 【とり肉、はるさめ、とうがん、にんじん、ねぎ、干しいいたけ、土しょうが、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、〈水〉
9/3 水	ごはん 牛乳 にんじんシリシリ カントリースポテト 焼豚スープ	【米 【たまご、ツナ、にんじん、はなかつお、油、塩 【じゃがいも、油、塩、こしょう 【やきぶた、はるさめ、はくさい、にんじん、こまつな、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、〈水〉	9/19 金	ごはん 牛乳 きびなごのからあげ きんぴらごぼう みそ汁	【米 【きびなご、塩、こしょう、でんぶん、油 【ちくわ、つきこんやく、ごぼう、にんじん、白ごま、とうがらし、油、三温糖、しょうゆ濃、しょうゆ淡、みりん、ごま油、けずりぶし、〈水〉 【とり肉、たまねぎ、はくさい、じゃがいも、にんじん、えのきたけ、ねぎ、みそ、けずりぶし、〈水〉
9/4 木	ごはん 牛乳 ピリ辛肉じゃが 和え物 中華スープ	【米 【ぶた肉、つきこんやく、あかつきこんやく、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ニラ、土しょうが、にんにく、白ごま、油、しょうゆ濃、赤だしみそ、三温糖、トウバンジャン、ごま油、〈水〉 【ちくわ、キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ濃、みりん 【はるさめ、チンゲンサイ、にんじん、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、〈水〉	9/22 月	ターメリックライス 牛乳 野菜ソテー かぼちゃのチーズ焼き コンソメスープ	【米、ターメリック 【ぶた肉、ベーコン、ショートスバゲティ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、コーン、油、ウスターソース、ケチャップ、とんかつソース、塩、こしょう 【かぼちゃ、たまねぎ、とけるチーズ、塩、こしょう 【たまねぎ、にんじん、パセリ、油、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉
9/5 金	とうもろこしごはん 牛乳 スバゲティポリターナ 甘酢和え	【米、コーン、だしこんぶ、しょうゆ淡、塩、〈水〉 【スバゲティ、ベーコン、たまねぎ、なす、ピーマン、にんにく、トマト水煮、ケチャップ、トマトピューレ、ウスターソース、塩、こしょう 【ツナ、きゅうり、干しわかめ、酢、砂糖、しょうゆ濃、みりん	9/24 水	ひじきごはん 牛乳 さつま芋のかきあげ 五目煮 ゆばのすまし汁	【米、めひじき、うすあげ、にんじん、しょうゆ濃、酒、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉 【さつま芋、たまねぎ、にんじん、小麦粉、塩、〈水〉、油 【だいず、ぶた肉、こんにやく、ちくわ、にんじん、ごぼう、干しいいたけ、しょうゆ濃、しょうゆ淡、三温糖、けずりぶし、〈水〉 【とり肉、ゆば、はくさい、にんじん、ねぎ、しょうゆ淡、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉
9/8 月	ごはん 牛乳 関東煮 豚肉とピーマンの炒め物 みそ汁	【米 【とり肉、こんにやく、がんもどき、さがきてんぶら、じゃがいも、にんじん、さやいんげん、しょうゆ濃、しょうゆ淡、三温糖、みりん、けずりぶし、〈水〉 【ぶた肉、ピーマン、たけのこ、じゃがいも、にんじん、土しょうが、にんにく、油、しょうゆ濃、三温糖、酒、でんぶん、〈水〉 【とうふ、うすあげ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、みそ、けずりぶし、〈水〉	9/25 木	ごはん 牛乳 さばの煮付 和え物 キムチスープ	【米 【さば、土しょうが、しょうゆ濃、三温糖、酒、みりん、〈水〉 【ちくわ、キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ濃、みりん 【ぶた肉、はくさいキムチ、キャベツ、にんじん、ねぎ、干しいいたけ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、〈水〉
9/9 火	ゆかりご飯 牛乳 かやくうどん キャベツの甘酢和え	【米、ゆかり粉 【うどん、とり肉、かまぼこ、うすあげ、にんじん、ねぎ、干しいいたけ、干しわかめ、しょうゆ淡、みりん、けずりぶし、〈水〉 【ツナ、キャベツ、にんじん、酢、砂糖、しょうゆ濃、みりん	9/26 金	ごはん 牛乳 マーボーなす コロッケ、油 マカロニスープ ミニぶどうゼリー	【米 【ぶたひき肉、なす、ねぎ、にんじん、干しいいたけ、土しょうが、にんにく、油、ポーンストック、赤だしみそ、しょうゆ濃、三温糖、酒、ごま油、塩、こしょう、トウバンジャン、でんぶん、〈水〉 【コロッケ、油 【とり肉、マカロニ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、セロリー、パセリ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【ミニぶどうゼリー
9/10 水	ごはん 牛乳 ビーフンソテー 焼ききょうざ たまごスープ	【米 【ビーフン、とり肉、かまぼこ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、油、ポーンストック、しょうゆ淡、ごま油、塩、こしょう 【きょうざ、油 【たまご、たまねぎ、にんじん、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉	9/29 月	ごはん 牛乳 そぼろ煮 夏野菜のあげびたし みそ汁	【米 【ぶたひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、油、しょうゆ濃、三温糖、でんぶん、けずりぶし、〈水〉 【かぼちゃ、なす、ピーマン、油、土しょうが、みりん、しょうゆ淡、塩、けずりぶし、〈水〉 【とり肉、うすあげ、はくさい、たまねぎ、にんじん、ねぎ、みそ、けずりぶし、〈水〉
9/11 木	チャーハン 牛乳 あじフライ ナムル 若布のスープ	【米、やきぶた、ねぎ、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、ごま油、〈水〉 【あじ、塩、こしょう、小麦粉、〈水〉、純カレー粉、パン粉、油 【きゅうり、キャベツ、にんじん、しょうゆ濃、ごま油、塩 【とうふ、はくさい、にんじん、干しわかめ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、〈水〉	9/30 火	ごはん 牛乳 カレーうどん 白菜とひじきのサラダ	【米 【うどん、牛肉、うすあげ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、油、カレールウ、しょうゆ濃、純カレー粉、けずりぶし、〈水〉 【はくさい、きゅうり、にんじん、はなかつお、めひじき、サラダ油、しょうゆ淡、酢、塩

生徒1人1日あたり
平均栄養量

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩 g
中学生	755	29.3	22.7	349	102	3.4	3.6	284	0.48	0.55	35	6.6	3

※栄養量は、すべて喫食した場合の1か月の平均値を示しています。

※都合により献立を変更する場合がございますので、ご了承願います。

※食品のアレルゲンについてご質問ございましたら、守口市教育委員会事務局 教育部 保健給食課 までお問い合わせください。