

令和 7年 8・9月 学校給食献立予定表



横瀬町学校給食調理場

日	曜	献立名	使用する食品と働き ●今年度アレルギー対応食品			栄養価		
			血・肉・骨などおもに体をつくる食品(赤)	おもにエネルギーのもとになる食品(黄)	おもに体の調子をととのえる食品(緑)	エネルギー kcal	たんぱく質 g	
28	木	牛乳	●牛乳					
		ごはん		米			601	25.4
		なすのみそしる	油揚げ みそ		なす 玉ねぎ 人参			
		ぶたにくのみそいため	豚肉 みそ	砂糖 油 片栗粉	玉ねぎ 生姜		747	30.9
		ごぼうサラダ	ツナ	ごまドレッシング	ごぼう キャベツ 人参			
29	金	牛乳	●牛乳					
		むぎごはん		米 麦			608	19.9
		なつやさいカレー	鶏肉	カレールー 油	かぼちゃ なす 玉ねぎ 人参 いんげん			
		ふくじんづけあえ		ごま	キャベツ きゅうり 福神漬		752	24.0
		みかんゼリー		砂糖	●みかん果汁			
1	月	牛乳	●牛乳					
		ごはん		米			616	27.8
		なすいりマーボー豆腐	豆腐 豚肉 みそ	砂糖 油 ごま油 片栗粉	人参 玉ねぎ なす 椎茸 生姜 にんにく			
		ポークしょうまい②②	豚肉	小麦粉 パン粉 砂糖 片栗粉	玉ねぎ 生姜		757	32.9
		こまつなのナムル	ハム	砂糖 ごま ごま油	小松菜 もやし 人参 きゅうり			
2	火	牛乳	●牛乳					
		ココアあげパン		ココアパン ●ミルクココア 油			585	25.1
		わんだんスープ	鶏肉	わんだん ごま油	人参 ねぎ もやし チンゲン菜 生姜			
		ポイルウインナー	ウインナー					
		グリーンサラダ		ノンfatドレッシング 砂糖 油	ブロッコリー きゅうり キャベツ		763	31.3
		ベビーチーズ	●チーズ					
3	水	牛乳	●牛乳					
		ごもくごはん	鶏肉 油揚げ	米 砂糖 油	人参 ごぼう 椎茸		561	25.1
		とうふとわかめのみそしる	豆腐 油揚げ わかめ みそ		大根 ねぎ			
		あつやきたまご	卵	砂糖			698	30.6
		ごまあえ		ごま 砂糖	小松菜 キャベツ 人参			
4	木	牛乳	●牛乳					
		ごはん		米			599	22.5
		なめこのみそしる	豆腐 みそ		なめこ 大根 ねぎ 小松菜			
		チキンカツ(ちゅうのうソース)	鶏肉	油 パン粉 小麦粉			774	28.5
		きりぼしだいこんのいために	油揚げ 竹輪	こんにゃく 油 砂糖	大根 人参 いんげん			
5	金	牛乳	●牛乳					
		ごはん		米			599	24.6
		じゃがいものそぼろに	鶏肉	じゃが芋 砂糖 油 片栗粉	人参 玉ねぎ グリンピース 生姜			
		さいのくになつとう	納豆				756	30.6
		いそかあえ	のり		小松菜 もやし キャベツ			
8	月	牛乳	●牛乳					
		ごはん		米			639	30.1
		スタミナにく豆腐	豚肉 焼き豆腐	砂糖 油	人参 玉ねぎ たら ねぎ 生姜 にんにく			
		しろごまつくね (小2まで①、小3～・中学②)	鶏肉	砂糖 パン粉 ごま 片栗粉 油			778	36.0
		かわりおひたし	ツナ かつお節		小松菜 きゃべつ 人参			
9	火	牛乳	●牛乳					
		こどもパン		こどもパン			636	18.9
		ミネストローネスープ	ベーコン	じゃが芋 じゃが 砂糖 オリーブ油	人参 玉ねぎ キャベツ トマト セロリ ココナ			
		カレーポテトコロッケ		じゃが芋 パン粉 油 砂糖	玉ねぎ 人参		768	22.4
		フレンチサラダ		ノンfatドレッシング ノンfatドレッシング	キャベツ 人参 きゅうり コーン			
10	水	牛乳	●牛乳					
		チャーハン	豚肉 卵	米 油 ごま油	人参 ねぎ 生姜		532	23.1
		ちゅうかコーンスープ	ハム	ごま油	人参 玉ねぎ コーン チンゲン菜			
		しゃんはいパオズ (小3まで①、小4～・中学②)	豚肉 鶏肉	小麦粉 砂糖 パン粉	玉ねぎ		699	30.0
		ちゅうかサラダ	鶏肉 わかめ	ごま 砂糖 ごま油	大根 きゅうり			
11	木	牛乳	●牛乳					
		ごはん		米			559	24.2
		えのきたけのみそしる	生揚げ みそ		人参 大根 えのき茸 ねぎ			
		とりにくのりしおからあげ②②	鶏肉 のり	砂糖 片栗粉 ごま油 油			692	28.4
		そくせきづけ		ごま	キャベツ きゅうり 人参 生姜			
12	金	牛乳	●牛乳					
		じこなうどん		地粉うどん			585	22.9
		さぬきうどんじる	油揚げ 鶏肉 かまぼこ わかめ	砂糖	ねぎ 椎茸			
		おこのみやき(ちゅうのうソース)	豚肉	小麦粉 米粉 砂糖 油	キャベツ		717	27.8
		からしあえ		砂糖	もやし 小松菜 キャベツ 人参			
16	火	牛乳	●牛乳					
		あつぎりしょくパン		厚切り食パン			527	18.8
		いちごジャム		いちごジャム				
		コンソメスープ	ベーコン	オリーブ油	コーン 玉ねぎ キャベツ パセリ にんにく			
		アンサンブルエッグ	卵 ●牛乳 ●チーズ パン粉	じゃが芋 砂糖 油			657	22.5
		コールスローサラダ		マヨネーズ 油 砂糖	キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ コーン			
17	水	牛乳	●牛乳					
		むぎごはん		米 麦			630	25.5
		チキンカレー	鶏肉	じゃが芋 カレールー	人参 玉ねぎ にんにく 生姜			
		かいそうサラダ	海藻 海藻類 ツナ	砂糖 ごま ごま油	大根 きゅうり		776	30.4
		ヨーグルト	●ヨーグルト					
18	木	牛乳	●牛乳					
		ごはん		米			643	27.7
		あつあげのチャオサイ	豚肉 生揚げ みそ	砂糖 油	人参 玉ねぎ キャベツ 生姜			
		チキンナゲット①②	鶏肉 おから	米粉 油 砂糖	にんにく 生姜		829	35.6
		たくあんのツナマヨあえ	ツナ	マヨネーズ	きゅうり 大根			

\*都合により、献立の内容が変更になる場合があります。

♡ 19日(金)からの献立は裏面にあります。

日 曜	献 立 名	使用する食品と働き ●今年度アレルギー対応食品			栄 養 価	
		血・肉・骨などおもに体をつくる食品 (赤)	おもにエネルギーのもとになる食品 (黄)	おもに体の調子をととのえる食品 (緑)	エネルギー kcal	たんぱく質 g
19 金	牛乳	●牛乳			593	24.8
	ごはん		米			
	とうにゅうキムチスープ	豚肉 豆腐 みそ 豆乳	ごま油	白菜(キムチ) 人参 玉ねぎ にら えのき茸	720	28.9
	あますあんにくだんご②②	鶏肉	パン粉 砂糖 油	玉ねぎ トマトケチャップ		
はるさめサラダ	ハム	春雨 砂糖 ごま ごま油	キャベツ 人参 きゅうり			
22 月	牛乳	●牛乳			629	24.7
	とりごぼうごはん	鶏肉	米 砂糖 油	人参 ごぼう グリンピース 生姜		
	だいのんのみそしる	油揚げ みそ		大根 人参 ねぎ	783	29.9
	あじフライ(ちゅうのうソース)	あじ	パン粉 油			
ハムマカロニサラダ	ハム	マカロニ マヨネーズ	キャベツ きゅうり 人参			
24 水	牛乳	●牛乳			582	23.2
	ごはん		米			
	ほうれんそうのみそしる	油揚げ みそ		ほうれん草 人参 キャベツ	730	28.1
	たまねぎソースハンバーグ	鶏肉 豚肉	豚脂 でん粉 じゃが芋 砂糖 片栗粉	玉ねぎ トマト 生姜		
ツナコーンあえ	ツナ	砂糖 ごま ごま油	キャベツ 小松菜 コーン			
25 木	牛乳	●牛乳			650	21.7
	ごはん		米			
	ハッシュドポーク	豚肉	じゃが芋 ハヤシルウ 油	玉ねぎ 人参 しめじ にんにく	802	26.0
	つぼみサラダ	糸かまぼこ	マヨネーズ	ブロッコリー カリフラワー キャベツ		
わなしゼリー		砂糖	●なし果汁			
26 金	牛乳	●牛乳			632	22.0
	ホットちゅうか		ホット中華			
	タンメンじる	豚肉 なた	油 ごま油	人参 ねぎ もやし ｷｬﾌﾞﾃｯｼﾞ ｷﾞﾝｼﾞ ｷﾞﾝｼﾞ ｷﾞﾝｼﾞ	-	-
	はるまき	豚肉	油 小麦粉 小麦粉 砂糖 春雨	筍 玉ねぎ 人参 キャベツ ねぎ		
もやしのナムル		砂糖 ごま ごま油	もやし 人参 ほうれん草			
29 月	牛乳	●牛乳			619	18.0
	わかめごはん	わかめ	米			
	こまつなのみそしる	油揚げ みそ		小松菜 人参 キャベツ	734	20.6
	やさしいコロッケ(ちゅうのうソース)		じゃが芋 小麦粉 油 砂糖 ｷﾞﾝｼﾞ	人参 かぼちゃ 玉ねぎ 枝豆		
わふうサラダ	わかめ ツナ	和風ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ	大根 きゅうり			
30 火	牛乳	●牛乳			605	24.2
	コッペパン		コッペパン			
	ミートボールシチュー	●牛乳 ミｰﾄﾞ ｰﾙ	じゃが芋 小麦粉 油 ﾏｰｶﾞﾘﾝ	人参 玉ねぎ	740	28.4
	あじフリッター②②	あじ アオサ	小麦粉 砂糖 米粉 油			
キャベツハムサラダ	ハム	ｺｰﾄﾞ ｻﾞｯｼﾞﾝｸﾞ ｸﾞﾘﾝﾄﾞ ｻﾞｯｼﾞﾝｸﾞ	キャベツ きゅうり コーン			
マスカットゼリー		砂糖	●マスカット果汁			



★「もしもの時」に備えましょう

非常時に備えて最低3日分、できれば1週間分の水や食品を備えておくことが推奨されています。非常食にプラスし、普段の食品を少し多めに買い置きしておき、使った分を買い足す「ローリングストック」で、無理なく備えるのがおすすめです。



\*都合により、献立の内容が変更になる場合があります。

9月26日(金)中学校 新人戦  
中学校は、給食がありませんので、お弁当を忘れずにお願いします。

