

令和8年度



9月分学校給食予定献立表



毛呂山町学校給食センター

*8月の献立表は、裏面をご覧ください。

日	曜日	献立名		食材料(太字は毛呂山町産の予定)			栄養価		
		主食・のみのもの つけるもの・かけるもの	おかず デザートなど	主に血や肉を作る食品 (赤色の食品)	主に体の調子を整える食品 (緑色の食品)	主に熱や働く力になる食品 (黄色の食品)	エネルギー kcal	たんぱく質 g	
1	火	ごはん 牛乳	かみなり汁 さばのねぎみそかけ(バ) 竹輪のサラダ(角)	牛乳、鶏肉、豆腐、煮干し、 削り節、さば、赤みそ、 生竹輪	こんにゃく、にんじん、だいこん、 乾しいたけ、こまつな、根しょうが、 根深ねぎ、きゅうり、キャベツ	ごはん、米ぬかサラダ油、 三温糖、ごま、ごま油	610 775	22.8 27.8	
2	水	ライスボール 牛乳 (中250ml)	スパゲッティナポリタン チキンナゲット(小1~3①小4~中②) (バ) ツナサラダ(角)	牛乳、ソーキハム、チキンナゲット、まぐろフレーク	にんにく、たまねぎ、ピーマン、 キャベツ、きゅうり	ライスボール、オリーブ油、 スパゲッティ、米ぬかサラダ油、 上白糖	666 802	28 33.5	
3	木	ごはん 牛乳	親子煮 揚げ凍り豆腐のねぎソース和え(バ) 浅漬け(角)	牛乳、鶏肉、煮干し、削り節、 鶏卵、凍り豆腐	にんじん、たまねぎ、根深ねぎ、 根しょうが、きゅうり、キャベツ	ごはん、米ぬかサラダ油、 三温糖、じゃがいも、でん粉、 なたね油	631 805	25.9 31.9	
4	金	ごはん 牛乳	夏野菜マーボー豆腐 中華サラダ(角)	牛乳、豚肉、豆腐	にんにく、根しょうが、根深ねぎ、 にんじん、たまねぎ、なす、ピーマン、 きゅうり、もやし、こまつな	ごはん、米ぬかサラダ油、 でん粉、上白糖、ごま油	591 756	22.5 27.8	
7	月	ごはん 牛乳	けんちん汁 いわしのおかか煮(バ) ごぼうサラダ(角)	牛乳、鶏肉、煮干し、削り節、 豆腐、いわしのおかか煮、 白みそ	にんじん、たまねぎ、しめじ、ごぼう、 とうもろこし、きゅうり	ごはん、ごま油、さつまいも、 上白糖、米ぬかサラダ油、 ごま	621 778	24.4 29.3	
8	火	ごはん 牛乳	ごまみそ汁 肉団子のピリッとジャン (小1~3①小4~中②) (バ) 豚肉と切り干し大根のカレーきんぴら(角)	牛乳、鶏肉、煮干し、削り節、 赤みそ、肉団子、豚肉	にんじん、とうがんと、もやし、 根しょうが、にんにく、 切干しだいこん、 こんにゃく	ごはん、米ぬかサラダ油、 じゃがいも、ごま、三温糖	608 763	23 27.7	
9	水	子どもパン スライス コーヒーマルク(学)	フォー バインミー風チキンカツ(バ) 大根サラダ(角)	コーヒーマルク、 鶏肉、チキンカツ えび	根しょうが、にんじん、たまねぎ、 もやし、根深ねぎ、レモン果汁、 チンゲンサイ、だいこん、きゅうり	子どもパン、ごま油、ピーマン、 なたね油、三温糖、 米ぬかサラダ油、上白糖	623 788	25.4 31.1	
10	木	ごはん 牛乳	肉団子と春雨のスープ 焼き肉(角)	牛乳、肉団子、豚肉	にんじん、乾しいたけ、もやし、根深ねぎ、 キャベツ、チンゲンサイ、 根しょうが、にんにく、たまねぎ、 ピーマン	ごはん、はるさめ、ごま油、 米ぬかサラダ油	614 774	25.3 30.9	
11	金	ごはん 牛乳 (中250ml)	米粉のカレー チキンサラダ(角)	牛乳、豚肉、チーズ、 ヨーグルト、サラダチキン	にんにく、たまねぎ、にんじん、 ソーセージ、トマトピューレー、 キャベツ、きゅうり	ごはん、米ぬかサラダ油、 じゃがいも、ココア、 バター、米粉、上白糖	631 833	24.1 31.3	
14	月	中華めん 牛乳	坦々麺の汁 春巻き(バ) 杏仁豆腐(角)	牛乳、豚肉、 赤みそ、 春巻き	根しょうが、にんにく、にんじん、 もやし、たけのこ、根深ねぎ、 チンゲンサイ、レトルトパイン、 ミックスドフルーツ(黄桃、白桃、 りんご、ラフランス)	中華めん、米ぬかサラダ油、 黒砂糖、なたね油、 杏仁ゼリー	680 871	21.8 26.9	
15	火	ごはん 牛乳	かきたま汁 さんまの南蛮漬け(バ) 野菜の昆布しょうゆ和え(角)	牛乳、かつおぶし、 なると、鶏卵、さんま開きで ん粉付き、昆布	にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、 根深ねぎ、きゅうり、キャベツ、 とうもろこし	ごはん、でん粉、なたね油、 三温糖	633 801	21.8 26.3	
16	水	ごはん 牛乳	ウインナーとオニオンのスープ タコライスの具(バ) パリパリ塩キャベツ(角)	牛乳、鶏肉、ウインナー、 ソーセージ、豚肉	たまねぎ、にんじん、 ソーセージ、キャベツ	ごはん、米ぬかサラダ油	617	25.3	
17	木	ごはん 牛乳	じゃが芋のピリ辛煮 白ごまつくねのみそがらめ (小1~3①小4~中②) (バ) キャベツのおかかマヨネーズ風和え(角)	牛乳、鶏肉、煮干し、削り節、 白ごまつくね、赤みそ、 かつお節	ごぼう、にんじん、 こんにゃく、きゅうり、 キャベツ	ごはん、米ぬかサラダ油、 じゃがいも、三温糖、マヨネーズタイプ調味料(卵不使用)	612	21.9	
18	金	ロールパン 牛乳	鶏肉とミートボールのラタトゥイユ風 わかさぎフリッター (小1~2①小3~中②) (バ) パリジャンサラダ(角)	牛乳、鶏肉、肉団子、 わかさぎフリッター、 チーズ	にんにく、たまねぎ、 トマト、トマトピューレー、 ズッキーニ、なす、 あかピーマン、キャベツ、 きゅうり、にんじん、 とうもろこし	ロールパン、オリーブ油、 三温糖、米ぬかサラダ油、 上白糖	662 846	26.3 32.3	
24	木	ごはん 牛乳	トック入りキムチスープ ピビンバの具(角)	牛乳、鶏肉、豚肉	根しょうが、はくさいキムチ、 キャベツ、根深ねぎ、 にんにく、にんじん、 もやし、こまつな	ごはん、米ぬかサラダ油、 トック、ごま油、 三温糖、ラー油、 ごま	607 773	23.4 29.2	
25	金	ごはん 牛乳	お月見汁 オムレツの甘酢あんかけ(バ) スイートポテトサラダ(角) 十五夜ゼリー(学)	牛乳、鶏肉、煮干し、 削り節、豆腐、 オムレツ	にんじん、だいこん、しめじ、 こまつな、きゅうり	ごはん、米ぬかサラダ油、 だまご餅、三温糖、 でん粉、さつまいも、 マヨネーズタイプ調味料(卵不使用)	685 867	19.7 24.2	
28	月	ごはん 牛乳	沢煮碗 鶏肉のから揚げ(バ) ピリ辛きゅうり(角)	牛乳、豚肉、かつおぶし、 鶏肉	ごぼう、にんじん、たまねぎ、 だいこん、えのきたけ、根しょうが、 きゅうり	ごはん、米ぬかサラダ油、 でん粉、なたね油、 三温糖、ごま油	629 784	23.8 28.3	
29	火	ツイストパン 牛乳	クリームスープ ハンバーグのデミグラスソースかけ(バ) グリーンサラダ(角)	牛乳、ベーコン、ハンバーグ	たまねぎ、にんじん、 えだまめ、ブロッコリー、 きゅうり、キャベツ	ツイストパン、米ぬか サラダ油、じゃがいも、 バター、米粉、三温糖、 デミグラスソース、 上白糖	682 859	26.5 33	
30	水	ごはん 牛乳	豚汁 笹かまぼこのカレー揚げ(バ) 青菜と油揚げのお浸し(角)	牛乳、豚肉、煮干し、削り節、 白みそ、笹かまぼこ、 油揚げ、かつお節	にんじん、だいこん、たまねぎ、 根深ねぎ、こまつな、もやし	ごはん、米ぬかサラダ油、 じゃがいも、小麦粉、 なたね油	638 811	26.5 32.5	
給食回数		小…19回 中…17回		(学)…学校配送 (角)…角食缶 (バ)…バット (ビ)…ビニール袋 (小)…小学校 (中)…中学校			平均栄養量	634 805	24.1 29.8
※ 材料入荷の都合により献立を突然変更することや、欠品することがあります。		※ 0-157対策のため生野菜をひかえた献立になっています。ご理解とご協力をお願いいたします。			基準栄養量			630 850	21.1 27