

給食ピックアップ!!

・みえ地物一番給食の日 16(木)  
三重県産の米、牛乳、豆腐、しいたけ、油です。

・7日(火)はセタメニューです。  
健康を願いながら食べましょう。



予約について

マークシート 6月15日(月)  
インターネット 6月19日(金)  
(パソコン、スマートフォン)


予約サイト  
QRコードはこちら



※予約の追加、取消、変更は1週間前の14:00まで可能ですが、  
予約忘れがないように期日までに予約をしましょう。

## 令和8年7月 菰野中学校給食献立予定表

日	献立名	食品名						栄養価 エネルギー kcal	給食実施日		
		赤(血や筋肉、骨格になるもの)		緑(体の調子を整えるもの)		黄(働く力や体温になるもの)			1年	2年	3年
		1群	2群	3群	4群	5群	6群				
1 水	ご飯 牛乳		牛乳			米		919	○	○	○
	ジャージャー麺	豚肉, みそ		人参, ほうれんそう	玉ねぎ, にんにく, 生姜	麺, 砂糖, 片栗粉	ごま油, 油				
	じゃがいもと豚肉のうま煮	豚肉, かつお節		人参		じゃがいも, こんにゃく, 砂糖	油				
	ブロッコリーサラダ	ツナ		ブロッコリー	玉ねぎ		ドレッシング, ごま				
	フルーツポンチ				みかん, バインアップル	白玉					
2 木	ご飯 牛乳		牛乳			米		745	○	○	○
	豚肉と厚揚げの中華煮	豚肉, 厚あげ		小松菜	白菜, しいたけ, にんにく	砂糖, 片栗粉					
	てりやきつくね串	てりやきつくね									
	フライドポテト					フライドポテト	油				
	ミモザサラダ	卵		ほうれんそう	もやし, キャベツ		ドレッシング				
白菜ときゅうりのピリ辛漬	ツナ		人参	白菜, きゅうり, もやし	砂糖	ごま					
3 金	ご飯 牛乳		牛乳			米		786	○	○	○
	ホイコーロウ	豚肉, みそ		ピーマン, 赤ピーマン	キャベツ, 玉ねぎ, 生姜, にんにく	砂糖	油				
	五目うどん	鶏肉		人参, 小松菜, ねぎ	もやし, 白菜, コーン	うどん	油				
	コアコア(りんご味)		りんごヨーグルト								
6 月	ご飯 牛乳		牛乳			米		819	○	○	○
	牛肉のすき煮	牛肉			白菜, 白ねぎ	しらたき, 砂糖					
	揚げ餃子	餃子					油				
	マカロニサラダ		チーズ		きゅうり, コーン	マカロニ	ドレッシング				
	わかめのナムル	ツナ	わかめ	人参	もやし		ドレッシング, ごま				
7 火	ご飯 牛乳		牛乳			米		739	○	○	○
	ハンバーグ	ハンバーグ									
	豚肉と野菜の塩だれ炒め	豚肉		人参	キャベツ, 玉ねぎ, もやし		ごま, 油				
	オクラのおかかあえ	かつお節		オクラ, 人参	きゅうり	砂糖					
	セタデザート					ゼリー					
8 水	ご飯 牛乳		牛乳			米		753	○	○	○
	まぐろカツ	マグロカツ					油				
	大豆カレー煮	大豆		人参	玉ねぎ	砂糖					
	わかめとささみの中華あえ	鶏肉	わかめ	小松菜	大根		ごま				
	白菜の煮浸し	油揚げ, かつお節		人参	白菜, もやし						
9 木	わかめご飯 牛乳		わかめ, 牛乳			米		811	○	○	○
	けいちゃん焼き	鶏肉, みそ		人参	キャベツ, 玉ねぎ, 生姜	砂糖	マーガリン, 油				
	ジャーマンポテト	ベーコン		パセリ	玉ねぎ	じゃがいも	マーガリン				
	キャベツのごまあえ			人参	キャベツ, しいたけ	砂糖	ごま				
	わらび餅(きなこ)					わらび餅					
	オレンジ				オレンジ						
10 金	ご飯 牛乳		牛乳			米		830	○	○	○
	ヤンニョムチキン	鶏肉, コチュジャン			にんにく	天ぷら粉, 片栗粉, 砂糖	油, ごま				
	ごぼうチップス(塩味)				ごぼう	天ぷら粉, 片栗粉	油				
	肉団子甘酢味	肉団子									
	ばんさんすう	ハム		人参	きゅうり	春雨, 砂糖					
	もやしのサラダ				もやし, コーン, きゅうり						

日	献立名	食品名						栄養価 エネルギー kcal	給食実施日		
		赤（血や筋肉、骨格になるもの）		緑（体の調子を整えるもの）		黄（働く力や体温になるもの）			1年	2年	3年
		1群	2群	3群	4群	5群	6群				
13月	ご飯 牛乳		牛乳			米		808	○	○	○
	牛肉のオイスター炒め	牛肉			もやし, キャベツ, 生姜	砂糖	ごま油				
	ハッシュドビーフコロッケ					ハッシュドビーフコロッケ	油				
	切干大根の煮物	油揚げ		人参	切干大根, しいたけ	砂糖					
	キャベツのごまサラダ			人参	キャベツ, きゅうり		ドレッシング, ごま				
14火	ご飯 牛乳		牛乳			米		862	○	○	○
	あじフライ	あじフライ					油				
	バジルスパゲティ			バジル	にんにく	スパゲティ	油				
	大根のおかか煮	かつお節		ほうれんそう	大根	こんにやく, 砂糖					
	チキンカレー	鶏肉		人参	玉ねぎ	じゃがいも	カレールウ				
15水	ご飯 牛乳		牛乳			米		796	○	○	○
	ポークチャップ	豚肉		人参	玉ねぎ, しめじ	砂糖	油				
	大根と里芋のそぼろ煮	厚あげ, 豚肉			大根	里芋, 砂糖					
	ささみごまサラダ	鶏肉		人参	キャベツ, きゅうり, コーン		ドレッシング, ごま				
	ぶどうゼリー					ぶどうゼリー					
16木	ご飯 牛乳		牛乳			米		897	○	○	○
	マーボー豆腐 	豆腐, 豚肉, みそ		ねぎ	白ねぎ, しいたけ, 生姜, にんにく	砂糖, 片栗粉	ごま油, 油				
	牛肉コロッケ					牛肉コロッケ	油				
	れんこんサラダ	ツナ		人参	れんこん		ドレッシング				
	キャベツのおかかあえ	油揚げ, かつお節		人参	キャベツ	砂糖					

孤野町教育委員会

- ・ 献立や食材の一部を変更することがありますのでご了承ください。
- ・ 調理場では、他校の給食やお弁当なども同じ製造ラインで調理しておりますことをご了承ください。
- ・ カロリー表示は牛乳（1本あたり132kcal）を含んだものとなっております。
- ・ 食物アレルギー情報については、孤野町ホームページに掲載しておりますので、ご確認ください。
- ・ 給食に関してのお問い合わせは、孤野町教育委員会事務局（TEL:059-391-1155、FAX:059-391-1195）までお願いいたします。