

給食ピックアップ!!

・みえ地物一番給食の日 17(木)、18(金)  
三重県産の米、牛乳、豆腐、油です。



・4(金) そぼろと卵のどんぶりはごはんにのせて食べてもよいですよ。

・25(金)は十五夜です。デザートはお月見大福です。



予約について

マークシート 7月10日(金)  
インターネット 8月20日(木)  
(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9月 八風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(動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				
2 水	ご飯 牛乳		牛乳			米		937	○	○	○
	とんかつ	とんかつ				油					
	ゆでブロッコリー			ブロッコリー							
	なすのミートソース煮	ミートソース		人参、ハセリ	なす、玉ねぎ	マカロニ、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					
3 木	ご飯 牛乳		牛乳			米		799	○	○	○
	ぶりキャベツカツ	ぶりキャベツカツ				油					
	スパゲティソテー					スパゲティ	油				
	厚揚げとこんにゃくの味噌煮	厚揚げ、ちくわ、みそ		人参	白ねぎ	こんにゃく、砂糖					
	ブロッコリーサラダ	ツナ		ブロッコリー、人参	コーン	ドレッシング					
レモンゼリー					レモンゼリー						
4 金	ご飯 牛乳		牛乳			米		760	○	○	○
	そぼろと卵のどんぶり	鶏肉、卵			玉ねぎ、しいたけ、 生姜、枝豆	砂糖					
	チャプチェ	鶏肉		人参、にら	しいたけ、にんにく、 生姜	春雨、砂糖	ごま、ごま油				
	ポトフ風	ハム		人参	大根、玉ねぎ	砂糖					
	もやし中華サラダ	油揚げ、かにかま			もやし、キャベツ、 ぎゅうり		ごま				
7 月	ご飯 牛乳		牛乳			米		799	○	○	○
	鶏のレモン風味揚げ	鶏肉			レモン	天ぷら粉、片栗粉、 砂糖	油				
	ひじきのおかか煮	大豆、かつお節	ひじき	人参	しいたけ	こんにゃく、砂糖					
	ピリ辛春雨サラダ			人参	ぎゅうり、もやし、 キャベツ	春雨、砂糖					
	野菜の塩だれ炒め			人参	キャベツ、玉ねぎ、 もやし、コーン		ごま、油				
8 火	ご飯 牛乳		牛乳			米		874	○	○	○
	キーマカレー	鶏肉		人参	玉ねぎ、なす、生姜、 にんにく	砂糖	油				
	大豆とコーンのかき揚げ	大豆			玉ねぎ、コーン、枝豆	天ぷら粉	油				
	白菜と小松菜のしらすあえ		しらす	小松菜、人参	白菜	砂糖					
	なすの煮浸し	厚揚げ、かつお節		ねぎ	なす	砂糖					
9 水	ご飯 牛乳		牛乳			米		763	○	○	○
	きのこの和風スパゲティ			パプリカ	キャベツ、エリンギ、 しいたけ、にんにく	スパゲティ	油				
	鶏肉の中華炒め	鶏肉、卵		人参	大根、セロリ、生姜、 にんにく		ごま油				
	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				
	チョコプリン					チョコプリン					
10 木	ご飯 牛乳		牛乳			米		832	○	○	○
	焼肉風野菜炒め	牛肉		人参、小松菜	キャベツ、玉ねぎ、 生姜、にんにく	砂糖	焼肉のたれ、ごま、油				
	ちくわの磯辺揚げ	ちくわ	青のり			天ぷら粉	油				
	冷やし中華	鶏肉			ぎゅうり、もやし	麺					
	大根の煮物	油揚げ		人参	大根						
11 金	ご飯 牛乳		牛乳			米		859	○	○	○
	八宝菜	えび、豚肉、かまぼこ		人参	白菜、玉ねぎ	片栗粉	ごま油				
	揚げ餃子	餃子					油				
	ごぼうサラダ	ツナ		人参	ごぼう、コーン		ドレッシング				
	おかかあえ	油揚げ、かつお節		ほうれんそう、人参	もやし	砂糖					
14 月	チャーハン 牛乳	卵、かにかま	牛乳		コーン	米		829	○	○	○
	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				
	ちゃんぽん麺	豚肉、かまぼこ、いか	牛乳	人参	キャベツ、もやし、 コーン、生姜、きくらげ	麺、片栗粉					
	ぶどうゼリー					ぶどうゼリー					

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				
17 木	ご飯 牛乳		牛乳			米		910	○	○	○
	鮭とチーズのソフトカツ	鮭とチーズのソフトカツ				油					
	ペンネソテー					ペンネ					
	大根とがんものそぼろ煮	がんもどき, 豚肉		人参	大根, グリンピース	砂糖, 片栗粉					
	ナムル			人参	もやし, きゅうり	ドレッシング, ごま					
ツナサラダ	ツナ			キャベツ, コーン	じゃがいも ドレッシング						
18 金	ご飯 牛乳		牛乳			米		810	○	○	○
	肉豆腐	牛肉, 豆腐		ねぎ	白菜	しらたき, 砂糖	油				
	牛肉コロッケ					牛肉コロッケ	油				
	パンパンジー風サラダ	鶏肉			キャベツ, きゅうり, もやし		ドレッシング, ごま				
	オクラのおかかあえ	かつお節		オクラ, 人参	きゅうり	砂糖					
24 木	ご飯 牛乳		牛乳			米		919	○	○	○
	イカメンチカツ	イカメンチカツ					油				
	大根の韓国風	豚肉, コチュジャン		人参, ねぎ	大根	ごんにやく, 砂糖	ごま油				
	大豆とツナのトマト煮込み	大豆, ツナ		人参, トマト	枝豆	砂糖	マーガリン				
	スパゲティサラダ	ハム			きゅうり, コーン	スパゲティ	ドレッシング				
25 金	ご飯 牛乳		牛乳			米		791	○	○	○
	鶏肉と野菜のうま煮	鶏肉, かつお節			大根, 玉ねぎ, しいたけ	砂糖					
	厚揚げとネギのソテー炒め	厚揚げ		人参	玉ねぎ, 白ねぎ, にんにく		ごま油				
	もやしのボン酢あえ	油揚げ	昆布	人参	もやし, きゅうり	砂糖	ごま				
	お月見大福					大福					
28 月	ご飯 牛乳		牛乳			米		834	○	○	○
	ジャーチャン豆腐	厚揚げ, 鶏肉		人参	白ねぎ, しいたけ, 生姜, にんにく	片栗粉	ごま油				
	えびフライ	えびフライ					油				
	しゅうまい	しゅうまい									
	コーンサラダ	ベーコン			キャベツ, コーン, きゅうり		ドレッシング				
	大豆煮	大豆, 油揚げ		人参		ごんにやく, 砂糖					
	お魚ふりかけ	さば					ごま				
29 火	ご飯 牛乳		牛乳			米		737	○	○	○
	鶏肉とれんこんの甘酢炒め	鶏肉		ピーマン, 人参	なす, れんこん, しいたけ	砂糖	ごま油, ごま				
	肉じゃが	豚肉		人参	玉ねぎ	じゃがいも, しらたき, 砂糖	ごま				
	海藻サラダ	かにかま	わかめ, 茎わかめ		きゅうり, もやし						
	わらび餅（きなこ味）					わらび餅					
オレンジ				オレンジ							
30 水	ご飯 牛乳		牛乳			米		839	○	○	○
	ハンバーグ（おろし大根）	ハンバーグ			大根						
	ペンネボロネーゼ	豚肉		トマト, 人参	なす, 玉ねぎ	ペンネ, 砂糖	油				
	甘辛ごぼう			人参	ごぼう, 玉ねぎ, 枝豆	砂糖, 片栗粉					
たくあんあえ		昆布	小松菜	キャベツ, たくあん		ごま					

菟野町教育委員会

- ・ 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、菟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、菟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。