

給食ビックアップ!!

・みえ地物一番給食の日 13(木)、14(金)
三重県産の米、牛乳、エリンギ、大豆、みかん、油です。



3(月)は節分豆が付きます。
1年の健康を願って節分豆を食べましょう。

7(金)キーマカレー
28(金)そばと卵のどんぶり } ご飯にのせて食べましょう



予約について

マークシート 1月15日(水)
インターネット 1月20日(月)
(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7年2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				
3月	ご飯 牛乳		牛乳			米		849	○	○	×
	豚肉のキンパ風炒め	豚肉, みそ		人参, 小松菜	もやし, 生姜, にんにく	砂糖	ごま, ごま油				
	えびフライ	えびフライ					油				
	肉団子甘酢味	肉団子									
	キャベツの煮浸し	油揚げ, かつお節		人参	白菜, キャベツ						
	じゃがコーン			パセリ	コーン	じゃがいも	バター, 油				
	オレンジ 節分豆※	大豆			オレンジ						
4火	ご飯 牛乳		牛乳			米		868	○	○	○
	あじフライ	あじフライ					油				
	バジルスパゲティ			バジル	玉ねぎ, にんにく	スパゲティ	油				
	大根のおかか煮	ツナ, かつお節		ほうれんそう, 人参	大根	ごんにやく, 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	洋梨ゼリー				
	ミニ洋梨ゼリー										
	ご飯 牛乳		牛乳			米					
5水	チキチキごぼう	鶏肉			ごぼう	天ぷら粉, 片栗粉, 砂糖	油, ごま	953	○	○	○
	野菜と卵のオイスター炒め	卵		にら, 人参	キャベツ, もやし, 生姜	砂糖	ごま油				
	和風スパゲティサラダ	ツナ			きゅうり, コーン	スパゲティ	ドレッシング, ごま				
	茎わかめのボン酢あえ		茎わかめ	人参	白菜, もやし	砂糖					
	ご飯 牛乳		牛乳			米					
6木	豚肉と野菜のカレー炒め	鶏肉		小松菜	もやし, 玉ねぎ, エリンギ	砂糖	油	735	○	○	○
	大根とがんものそばろ煮	がんもどき, 豚肉		人参	大根, グリンピース	砂糖, 片栗粉					
	春雨サラダ	かにかま		人参	きゅうり, コーン	春雨	ドレッシング, ごま				
	プリン					プリン					
	ご飯 牛乳		牛乳			米					
7金	キーマカレー	豚肉		人参	玉ねぎ, 生姜, にんにく	砂糖	油	861	○	○	○
	大豆とコーンのかき揚げ	大豆		人参	玉ねぎ, コーン	天ぷら粉	油				
	白菜と小松菜のしらすあえ		しらす	小松菜	白菜, もやし	砂糖					
	なすの煮浸し	厚揚げ, かつお節			なす	砂糖					
	ご飯 牛乳		牛乳			米					
10月	牛肉の焼肉炒め	牛肉		赤ピーマン	キャベツ, 玉ねぎ, 生姜, にんにく	砂糖	油, ごま	827	○	○	○
	ちくわの磯辺揚げ	ちくわ	青のり			天ぷら粉	油				
	マカロニサラダ		チーズ	人参	グリンピース, コーン, 玉ねぎ	マカロニ	ドレッシング				
	わかめときゅうりの酢の物	かにかま	わかめ	人参	きゅうり, もやし	砂糖					
	ご飯 牛乳		牛乳			米					
12水	さばのカレー焼き	さば						796	○	○	○
	ゆかりもやし			しそ	もやし						
	焼ビーフン	鶏肉		人参	玉ねぎ	ビーフン, 砂糖	油				
	ブロッコリーサラダ	ツナ		ブロッコリー, 人参	玉ねぎ		ドレッシング, ごま				
	キャベツの煮浸し				キャベツ, 白菜	砂糖					
	ご飯 牛乳		牛乳			米					
13木	タッカルビ	鶏肉, コチュジャン		ねぎ	キャベツ, 玉ねぎ, 生姜, エリンギ, にんにく	砂糖	ごま油, 油	783	○	○	○
	チリコンカン	大豆, ウインナー		人参	玉ねぎ	砂糖					
	こんぶあえ	ツナ	昆布	人参	白菜, もやし		ごま				
	杏仁フルーツ		杏仁豆腐		みかん, バインアップル						
	ご飯 牛乳		牛乳			米					
14金	デミグラスハンバーグ	ハンバーグ		人参	グリンピース, コーン	砂糖		764	○	○	×
	ほうれん草と玉ねぎのピリ辛炒め	豚肉		ほうれん草	玉ねぎ, もやし	砂糖	油				
	大根サラダ		わかめ		大根, きゅうり, コーン						
	チョコプリン					チョコプリン					

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(働き方や体温になるもの)			1年	2年	3年
		1群	2群	3群	4群	5群	6群				
17月	ご飯 牛乳		牛乳			米		778	○	○	×
	鶏肉のハニーマスタード焼き	鶏肉				はちみつ					
	スパゲティソテー					スパゲティ	油				
	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				
	おでん	肉団子,がんもどき, ちくわ			大根	こんにゃく,砂糖					
	ミニりんごゼリー					りんごゼリー					
18火	ご飯 牛乳		牛乳			米		778	×	×	○
	ホッケフライ	ホッケフライ					油				
	ゆでブロッコリー			ブロッコリー							
	ひじきの五目煮	大豆	ひじき	人参		こんにゃく,砂糖					
	キャベツのごまあえ	ツナ		人参	キャベツ,もやし	砂糖	ごま				
	かぼちゃサラダ			かぼちゃ	玉ねぎ		ドレッシング				
	お魚ふりかけ	さば					ごま				
19水	ご飯 牛乳		牛乳			米		917	×	×	○
	マーボー豆腐	豆腐,豚肉,みそ		人参,ねぎ	白ねぎ,しいたけ, 生姜,にんにく	砂糖,片栗粉	ごま油,油				
	さつまいもの天ぷら					さつまいも, 天ぷら粉	油				
	ちくわの天ぷら	ちくわ				天ぷら粉	油				
	れんこんサラダ	ツナ			れんこん,もやし		ドレッシング				
	おかかあえ	油揚げ,かつお節		人参	キャベツ	砂糖					
20木	ご飯 牛乳		牛乳			米		822	×	×	○
	牛肉のオイスター炒め	牛肉			キャベツ, 玉ねぎ,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				
	にんじんしりしり	ツナ,卵,かつお節		人参	えのきたけ		油				
	わかめの中華あえ		わかめ		きゅうり,もやし, 生姜	砂糖	ごま,ごま油				
21金	ご飯 牛乳		牛乳			米		922	○	○	○
	鶏肉のねぎ塩炒め	鶏肉		人参,ねぎ	もやし, キャベツ,にんにく		ごま,ごま油				
	しゅうまい	しゅうまい									
	ごぼうチップス				ごぼう	天ぷら粉, 片栗粉,砂糖	油,ごま				
	カレーチーズポテトサラダ		チーズ		きゅうり,玉ねぎ	じゃがいも	ドレッシング				
	ラトウイユ	ベーコン		人参,トマト	なす,玉ねぎ, セロリ	砂糖	油				
25火	ご飯 牛乳		牛乳			米		812	○	○	○
	チーズメンチカツ	チーズメンチカツ					油				
	きのこのソテー			小松菜	もやし,しめじ, まこもたけ		油				
	厚揚げとこんにゃくの味噌煮	厚揚げ,ちくわ, みそ		人参	大根,白ねぎ	こんにゃく,砂糖					
	キャベツサラダ	ツナ		人参	キャベツ,きゅうり		ドレッシング,ごま				
26水	ご飯 牛乳		牛乳			米		889	○	○	○
	豚肉と卵の野菜炒め	豚肉,卵		赤ピーマン	キャベツ,もやし						
	カレーうどん	油揚げ,鶏肉	牛乳	人参	玉ねぎ,白ねぎ	うどん,カレールウ, 片栗粉,砂糖	油				
	コアアリンゴ		りんごヨーグルト								
27木	ご飯 牛乳		牛乳			米		912	○	○	○
	フィッシュアンドチップス	マグロカツ				フライドポテト	油				
	大根の韓国風煮	豚肉,コチュジャン		人参,ねぎ	大根	こんにゃく,砂糖	ごま油				
	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				
	ほうれん草のごまあえ			ほうれん草, 人参	もやし	砂糖	ごま				
28金	ご飯 牛乳		牛乳			米		841	○	○	○
	そばろと卵のどんぶり	鶏肉,卵		人参	玉ねぎ,しいたけ, 生姜,枝豆	砂糖					
	じゃがもち		青のり			じゃがもち,砂糖	油				
	ウインナー	ウインナー									
	ボトフ風			人参	大根,玉ねぎ	じゃがいも,砂糖					
	コーンサラダ	ハム			キャベツ,もやし, コーン		ドレッシング				

- ・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。
- ・給食に関するお問い合わせは、菟野町教育委員会事務局(TEL:059-391-1155、FAX:059-391-1195)までお願い致します。

※2月3日使用の節分豆に一部茶色に変色しているものがありますが、農水省規格上問題ないものです。