

給食ビックアップ!!

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



・10(木)ビビンバ、17(木)マーボー豆腐、  
22(火)タコライスにご飯にのせて食べてもよいですよ。



・学校行事の関係で給食がなくなることがあります。その場合は、  
教育委員会で変更しますので、各自で変更していただく必要はありません。



予約について

マークシート 3月17日(月)  
インターネット 3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7年4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				
8 火	ご飯 牛乳		牛乳			米		832	○	○	○
	ハンバーグ	ハンバーグ									
	ミートスパゲティ	豚肉		人参, トマト	玉ねぎ	スパゲティ	油				
	もやしのサラダ		わかめ	人参	もやし, キャベツ, きゅうり		ドレッシング				
	お祝いゼリー					ゼリー					
9 水	ご飯 牛乳		牛乳			米		780	○	○	○
	とんてき	豚肉			にんにく, 生姜	片栗粉	油				
	ゆでキャベツ				キャベツ						
	きのこのソテー			小松菜	もやし, しめじ, エリンギ		油				
	ちゃんこ鍋	肉団子, 油揚げ		人参	白菜, 大根	砂糖					
10 木	ご飯 牛乳		牛乳			米		939	○	○	○
	ビビンバ	豚肉, みそ		ほうれんそう, 人参	もやし, 生姜, にんにく	砂糖	ごま油, ごま				
	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				
	ブロッコリーのツナあえ	ツナ		ブロッコリー, 赤ピーマン	キャベツ		ドレッシング, ごま				
	かぼちゃサラダ			かぼちゃ	玉ねぎ		ドレッシング				
	ミニりんごゼリー					りんごゼリー					
11 金	ご飯 牛乳		牛乳			米		837	○	○	○
	焼肉炒め	牛肉		人参	キャベツ, 玉ねぎ, 生姜, にんにく	砂糖	油, 焼肉のたれ, ごま				
	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	きゅうり, コーン	マカロニ	ドレッシング				
	ひじきのごまあえ		ひじき	小松菜	キャベツ, もやし	砂糖	ごま				
14 月	ご飯 牛乳		牛乳			米		831	○	○	○
	鶏肉のからあげ	鶏肉				天ぷら粉, 片栗粉	油				
	カレーキャベツソテー	ベーコン		人参	キャベツ, 玉ねぎ	砂糖	油				
	高野豆腐煮	高野豆腐, ちくわ		人参	グリーンピース, しいたけ	砂糖					
ナムル	ツナ		赤ピーマン	もやし, きゅうり		ドレッシング, ごま					
15 火	ご飯 牛乳		牛乳			米		784	○	○	○
	豚キムチ	豚肉, みそ		ほうれんそう	キャベツ	砂糖	ごま油				
	鶏塩肉じゃが	鶏肉		人参	玉ねぎ, にんにく	じゃがいも, しらたき, 砂糖	ごま油				
	切昆布と油揚げの煮物	油揚げ	昆布	人参	グリーンピース, コーン, 玉ねぎ	砂糖					
	小松菜の青じそサラダ(ドレッシング)			小松菜	白菜						
16 水	わかめご飯 牛乳		わかめ, 牛乳			米		837	○	○	○
	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				
	大根とこんにゃくのピリ辛煮	鶏肉		人参	大根	こんにゃく, 砂糖	油				
	キャベツのごまサラダ	ツナ		人参	キャベツ, きゅうり		ドレッシング, ごま				
	じゃがコーン			パセリ	コーン	じゃがいも	バター, 油				
りんご				りんご							
17 木	ご飯 牛乳		牛乳			米		882	○	○	○
	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		赤ピーマン	れんこん, キャベツ		ドレッシング				
ばんさんすう	ハム		人参	きゅうり, コーン	春雨, 砂糖						

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				
18 金	ご飯 牛乳		牛乳			米		744	○	○	○
	タッカルビ	鶏肉, コチュジャン		ねぎ	キャベツ, 玉ねぎ, 生姜, にんにく	砂糖	ごま油, 油				
	ひじきの五目煮	大豆	ひじき	人参	ごぼう, しいたけ	こんにゃく, 砂糖					
	ほうれん草の煮浸し	ツナ, かつお節		ほうれんそう	もやし, 白菜	砂糖					
	フルーツゼリー				みかん, パイナップル	白桃ゼリー					
21 月	ご飯 牛乳		牛乳			米		780	○	○	○
	牛丼	牛肉		ねぎ	玉ねぎ	しらたき, 砂糖					
	キーマカレー風コロッケ	キーマカレー風コロッケ					油				
	キャベツのごまあえ			人参	キャベツ, しいたけ	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		ドレッシング, ごま				
22 火	ご飯 牛乳		牛乳			米		791	○	○	○
	タコライス	牛肉, 豚肉		赤ピーマン, トマト	玉ねぎ, 生姜, にんにく		油				
	茎わかめとごぼうのきんぴら		茎わかめ	人参	ごぼう	こんにゃく, 砂糖	ごま, ごま油				
	なすの煮浸し	厚揚げ, かつお節		ほうれんそう	なす	砂糖					
	きゅうりの青じそサラダ	ツナ	わかめ		キャベツ, きゅうり, コーン						
23 水	ご飯 牛乳		牛乳			米		922	○	○	○
	汁なし黒ゴマ担々麺	豚肉, みそ		小松菜, ねぎ	もやし, にんにく, 生姜	麺, 砂糖	ドレッシング, ごま				
	豚肉と白菜のうま煮	豚肉, かつお節		ほうれんそう, 人参	白菜	砂糖					
	ポテトサラダ			人参	グリーンピース, コーン, きゅうり	じゃがいも	ドレッシング				
	たくあんあえ		昆布		キャベツ, もやし, たくあん		ごま				
24 木	ご飯 牛乳		牛乳			米		874	○	○	○
	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	こんにゃく, 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					
	ミニ洋梨ゼリー					洋梨ゼリー					
25 金	ご飯 牛乳		牛乳			米		876	○	○	○
	ホイコーロウ	豚肉, みそ		赤ピーマン	キャベツ, 玉ねぎ, 生姜, にんにく	砂糖	油				
	焼ビーフン	鶏肉		人参	しいたけ, 玉ねぎ	ビーフン, 砂糖	油				
	ひじきサラダ		ひじき		きゅうり, キャベツ, コーン		ドレッシング, ごま				
	塩バニラクリームワッフル					塩バニラクリームワッフル					
28 月	ご飯 牛乳		牛乳			米		826	×	○	○
	ジャーチャン豆腐	厚揚げ, 豚肉		人参, なら	白ねぎ, 生姜, にんにく	片栗粉	ごま油				
	しゅうまい	しゅうまい									
	えびフライ						油				
	コーンサラダ	ハム			キャベツ, コーン		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						
30 水	ご飯 牛乳		牛乳			米		960	×	○	○
	チキチキごぼう	鶏肉			ごぼう	天ぷら粉, 片栗粉, 砂糖	油, ごま				
	野菜と卵のオイスター炒め	卵		なら, 人参	キャベツ, 生姜	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				
	茎わかめのボン酢あえ		茎わかめ	人参	きゅうり, もやし	砂糖					

- ・ 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、菰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、菰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。