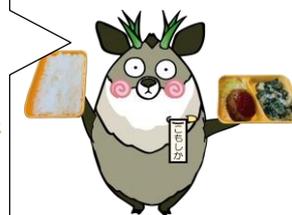


給食ピックアップ!!

・みえ地物一番給食の日 16(木)、17(金)
三重県産の米、牛乳、大豆、おおさのり、豆腐、油です。



・1月24日(金)~30日(木)は全国学校給食週間です。
24日 鶏天(大分県)
27日 静岡焼きそば、静岡おでん風(静岡県)
28日 みそかんづら(福島県)
29日 タコライス、豆腐と野菜のチャンプルー(沖縄県)
30日 ひきずり(愛知県)



予約について

マークシート 12月16日(月)
インターネット 12月20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7年1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				
9 木	ご飯 牛乳		牛乳			米		825	○	○	×
	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						
	焼ビーフン	ツナ		人参	しいたけ, もやし, 玉ねぎ	ビーフン, 砂糖	油				
	ちゃんこ鍋	肉団子, 油揚げ, かつお節		人参	白菜, 大根	砂糖					
10 金	ご飯 牛乳		牛乳			米		837	○	○	×
	鶏肉のからあげ	鶏肉				天ぷら粉, 片栗粉	油				
	カレーキャベツソース	ベーコン		赤ピーマン	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		わかめ		もやし, きゅうり		ドレッシング, ごま				
14 火	ご飯 牛乳		牛乳			米		795	○	○	○
	ブルコギボーク	豚肉, コチュジャン		人参	玉ねぎ, もやし, にんにく	砂糖	ごま, ごま油				
	大根とこんにゃくのピリ辛煮	油揚げ			大根, しめじ	こんにゃく, 砂糖	油				
	バンバンジー風サラダ	鶏肉			キャベツ, きゅうり, もやし		ドレッシング, ごま				
	フルーツ杏仁風プリン					フルーツ杏仁風プリン					
15 水	ご飯 牛乳		牛乳			米		869	○	○	○
	いかの天ぷら	いか				天ぷら粉	油				
	スパゲティソース					スパゲティ	油				
	鶏肉の中華炒め	鶏肉		人参	大根, セロリ, もやし, 生姜, にんにく		ごま油, ごま				
	ハヤシチュー	牛肉		人参	玉ねぎ	ハヤシルウ					
	ミニりんごゼリー					りんごゼリー					
16 木	ご飯 牛乳		牛乳			米		806	○	○	○
	鶏肉と白菜のガリパタ炒め	鶏肉		人参	白菜, しめじ, にんにく	砂糖	バター, 油				
	大豆とおおさのかき揚げ	大豆	おおさ			天ぷら粉	油				
	きんぴらごぼう			人参	ごぼう	こんにゃく, 砂糖	ごま, ごま油				
	小松菜のしらすあえ		しらす	小松菜, 人参	もやし	砂糖					
17 金	ご飯 牛乳		牛乳			米		805	○	○	○
	豆腐のミートソース焼き	豆腐, ミートソース	チーズ								
	肉団子甘酢味	肉団子									
	フライドポテト					フライドポテト	油				
	春雨サラダ	ハム		人参	キャベツ	春雨	ドレッシング, ごま				
	にんじんしりしり	ツナ, 卵, かつお節		人参	えのきたけ		油				
20 月	ご飯 牛乳		牛乳			米		793	○	○	○
	まぐろカツ	マグロカツ					油				
	大豆カレー煮	大豆		人参	玉ねぎ, コーン, グリーンピース	砂糖					
	わかめとささみの中華あえ	鶏肉	わかめ	小松菜, 人参	玉ねぎ, キャベツ		ドレッシング, ごま				
	白菜の煮浸し	油揚げ, かつお節			白菜, もやし						
21 火	ご飯 牛乳		牛乳			米		851	○	○	○
	豚肉とれんこんのオイスター炒め	豚肉		人参	れんこん, 玉ねぎ, しいたけ	砂糖	ごま油				
	揚げ餃子	餃子					油				
	なすの煮浸し	厚揚げ, かつお節		ほうれんそう	なす	砂糖					
	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				

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				
22 水	ご飯 牛乳		牛乳			米		780	○	○	○
	牛丼	牛肉		ねぎ	玉ねぎ	こんにゃく, 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	ツナ	わかめ, 茎わかめ		きゅうり, もやし		ドレッシング, ごま				
23 木	ご飯 牛乳		牛乳			米		814	○	○	○
	ミックスフライ	サーモンマヨフライ, えびフライ					油				
	豚肉の中華炒め	豚肉		人参, 小松菜	大根, 生姜, にんにく	片栗粉	ごま, ごま油				
	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					
	じゃがコーン			パセリ	コーン	じゃがいも	バター, 油				
	お魚ふりかけ	さば,					ごま				
24 金	<全国学校給食週間大分県> ご飯 牛乳		牛乳			米		734	○	○	○
	鶏天	鶏肉				天ぷら粉	油				
	ひじきの五目煮	大豆	ひじき	人参	しいたけ	こんにゃく, 砂糖					
	ポトフ風	ベーコン		人参	大根, 玉ねぎ	じゃがいも, 砂糖					
	もやしサラダ			赤ピーマン	もやし, きゅうり, コーン		ドレッシング				
27 月	<全国学校給食週間静岡県> ご飯 牛乳		牛乳			米		818	○	○	×
	静岡焼きそば	豚肉, かつお節		人参	キャベツ, 玉ねぎ	麺	天かす, 油				
	静岡おでん風	さつま揚げ, 牛肉, かつお節	青のり		大根	こんにゃく, 砂糖					
	小松菜サラダ	ツナ		小松菜	キャベツ, コーン		ドレッシング, ごま				
	フルーツポンチ				みかん, パイナップル	白玉					
28 火	<全国学校給食週間福島県> ご飯 牛乳		牛乳			米		903	○	○	○
	豚とチキンのミンチカツ	メンチカツ					油				
	みそかんぶら	鶏肉, みそ			玉ねぎ	じゃがいも, 砂糖	油				
	茎わかめのポン酢あえ	かにかま	茎わかめ	人参	きゅうり, もやし	砂糖					
	ツナサラダ	ツナ			キャベツ, 玉ねぎ, コーン		ドレッシング				
29 水	<全国学校給食週間沖縄県> ご飯 牛乳		牛乳			米		889	○	○	○
	タコライス	牛肉, 豚肉, ベーコン		人参, トマト	玉ねぎ, 生姜, にんにく		油				
	豆腐と野菜のチャンプルー	豆腐, 豚肉, 卵, かつお節		人参	キャベツ, もやし		ごま油, 油				
	和風スパゲティサラダ	ハム			きゅうり, コーン	スパゲティ	ドレッシング, ごま				
	わらび餅きなこ味						わらび餅				
	りんご				りんご						
30 木	<全国学校給食週間愛知県> ご飯 牛乳		牛乳			米		878	○	○	○
	ひきずり	鶏肉, 豆腐		人参	白菜	こんにゃく, 砂糖					
	いかの天ぷら	いか				天ぷら粉	油				
	ちくわの天ぷら	ちくわ				天ぷら粉	油				
	きしめんサラダ	ツナ		人参	キャベツ, きゅうり, コーン	きしめん	ドレッシング, ごま				
	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	砂糖					
31 金	ご飯 牛乳		牛乳			米		845	○	○	○
	鶏肉とれんこんの甘酢炒め	鶏肉		人参	なす, れんこん, キャベツ	砂糖	ごま油, ごま				
	味噌ラーメン	豚肉, かまぼこ, みそ		ねぎ	白菜, もやし, コーン, にんにく	麺, 砂糖	ごま油				
	コアコアヨーグルト		ヨーグルト								

- ・ 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。