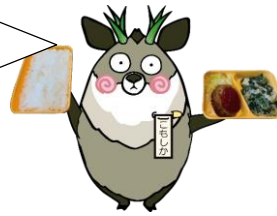


給食ピックアップ!!

・みえ地物一番給食の日 17(木)
三重県産の米、牛乳、油です。

・7(月)は七タメニュー(そうめん)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13日(金)
インターネット 6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7月 中学校給食献立予定表

日	献立名	食品名						栄養価	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）		エネルギー kcal	1年	2年	3年
		1群	2群	3群	4群	5群	6群				
1火	わかめご飯 牛乳		わかめ,牛乳			米		809	○	○	○
	けいちゃん焼き	鶏肉,みそ		人参	もやし,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				
	わらび餅抹茶味					わらび餅					
	オレンジ				オレンジ						
2水	ご飯 牛乳		牛乳			米		764	○	○	○
	豚肉と豆腐の中華煮	豆腐,豚肉		人参	玉ねぎ,しいたけ	片栗粉	ごま油				
	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				
	オクラのおかかあえ	かつお節		オクラ,人参	きゅうり	砂糖					
3木	ご飯 牛乳		牛乳			米		799	○	○	○
	ホイコーロウ	豚肉,みそ		ピーマン,人参	キャベツ,玉ねぎ,生姜, エリンギ,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,しいたけ	うどん	油				
	コアコアりんご		りんごヨーグルト								
4金	ご飯 牛乳		牛乳			米		842	○	○	○
	牛肉のすき煮	牛肉		人参	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月	ご飯 牛乳		牛乳			米		798	○	○	○
	デミグラスハンバーグ	ハンバーグ		人参	グリーンピース, コーン	砂糖					
	野菜のバター炒め	鶏肉		人参	キャベツ,玉ねぎ, もやし		バター,油				
	そうめん（ドレッシング）	ツナ			きゅうり	そうめん	油,ドレッシング, ごま				
	レモンゼリー					レモンゼリー					
8火	ご飯 牛乳		牛乳			米		800	○	○	○
	まぐろカツ	マグロカツ					油				
	大豆カレー煮	大豆,ウインナー		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	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						
9水	ご飯 牛乳		牛乳			米		851	○	○	○
	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				
	じゃがいもと鶏肉のうま煮	鶏肉,かつお節			大根	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, 人参	キャベツ		ドレッシング				
	フルーツポンチ				みかん, パインアップル	白玉					
10木	ご飯 牛乳		牛乳			米		800	○	○	○
	酢鶏	鶏肉		人参	玉ねぎ	天ぷら粉,片栗粉, 砂糖	油				
	野菜のコンソメ煮	豚肉			キャベツ,玉ねぎ, コーン	砂糖					
	ピリ辛春雨サラダ			人参	きゅうり,もやし	春雨,砂糖					
	しそ昆布		しそ昆布								
	ミニ洋梨ゼリー					洋梨ゼリー					

日	献立名	食品名						栄養価	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）		エネルギー kcal	1年	2年	3年
		1群	2群	3群	4群	5群	6群				
11 金	ご飯 牛乳		牛乳			米		829	○	○	○
	牛肉のオイスター炒め	牛肉		人参	玉ねぎ, 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				
	野菜とがんものおかか煮	がんもどき, かつお節		人参, 小松菜	白菜	砂糖					
	もやしのごまドレッシングあえ	鶏肉			もやし, きゅうり		ドレッシング, ごま				
14 月	ご飯 牛乳		牛乳			米		854	○	○	○
	親子煮	鶏肉, かまぼこ, 卵, かつお節		ほうれんそう	玉ねぎ, しめじ	砂糖					
	チヂミ風かき揚げ	コチュジャン	しらす	にら, 人参	玉ねぎ	天ぷら粉, 片栗粉, 砂糖	ごま, 油, 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				
	わかめとツナのポン酢あえ	ツナ	わかめ	小松菜, 赤ピーマン	キャベツ	砂糖					
15 火	ご飯 牛乳		牛乳			米		734	○	○	○
	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	厚揚げ, 鶏肉			大根, グリンピース	里芋, 砂糖					
	白菜と小松菜のしらすあえ		しらす	小松菜, 人参	白菜	砂糖					
	ぶどうゼリー					ぶどうゼリー					
16 水	ご飯 牛乳		牛乳			米		885	○	○	○
	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, キャベツ		ドレッシング				
	おかかあえ	油揚げ, かつお節			もやし, きゅうり	砂糖					
17 木	ご飯 牛乳		牛乳			米		869	○	○	○
	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	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					
	ミニピーチゼリー					ピーチゼリー					

菰野町教育委員会

- ・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、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。