



令和 4 年 9 月 学校給食献立表 (中学校)



日 曜	献立名 主食 飲み物 おかず	食品名			栄 養 量			
		7大アレルギー物質 卵、乳、小麦 えび、かに、そば 落花生	エネルギーのもとになる食品	体をつくるもとになる食品	体の調子を整えるもとになる食品	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
5月	わかめご飯 牛乳 鶏肉の照り焼き 胡麻和え(ドレッシング) 南瓜の豆乳みそ汁	乳 コムギ (コムギ)	わかめごはん ごま ごまドレッシング	ぎゅうにゅう てりやきチキン とうふ あぶらあげ みそ とうにゅう	もやし こまつな にんじん かぼちゃ こまつな にんじん たまねぎ	782	28.1	
6火	ツイストパン スバゲティナポリタン 牛乳 チーズオムレツ フルーツポンチ	小麦 乳 小麦 乳 乳 卵 乳	ツイストパン スバゲティ あぶら きびざとう みかんゼリー	ベーコン ウィンナー パルメザンチーズ ぎゅうにゅう チーズオムレツ	たまねぎ にんじん ビーマン トマト パイナップル みかん とうとう はくとう ラフランス りんご	808	28.1	
7水	スタミナラーメン(ホット中華種) 牛乳 パオス(2コ) 冷凍みかん	コムギ (小麦) 乳 小麦	ホットちゅうかめん あぶら きびざとう ごまあぶら ごはん	ぶたにく かまぼこ ぎゅうにゅう パオス	みかん	775	33.9	
8木	豚丼(ごはん) 牛乳 根菜のごま汁	コムギ 乳	ごはん あぶら さとう じゃがいも ごま あぶら	ぶたにく ぎゅうにゅう とうふ みそ	しょうが たまねぎ しらすにんじん	767	27.9	
9金	夏野菜カレーライス(麦ごはん) 牛乳 ゴーヤのサラダ(ドレッシング) お月見大福	小麦 乳 乳 (コムギ) コムギ	むぎごはん きびざとう あぶら かんこくナムルドレッシング おつきみだいふく	ぶたにく きゅうにゅう しょうが チーズ しょうが ぎゅうにゅう	にんじん きゅうり キャベツ コーン にかがり	925	25.1	
12月	ごはん 牛乳 南瓜コロッケ 塩麩豆腐	乳 小麦	ごはん かぼちゃコロッケ あぶら あぶら ごまあぶら でんぷん	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく		874	27.1	
13火	ごはん 牛乳 秋刀魚の蒲焼き 中華風肉じゃが 小松菜のみそ汁	乳 コムギ コムギ	ごはん あぶら さとう でんぷん あぶら じゃがいも きびざとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう さんまでんぷんつき ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	ねぎ しょうが にんじん たまねぎ キャベツ こまつな にんじん たまねぎ ねぎ	881	29.1	
14水	茄子のかけ汁うどん(地粉うどん) 牛乳 笹かまの磯辺揚げ アップルシャーベットの	コムギ (小麦) 乳 小麦	じごなうどん ごまあぶら ごま あぶら こむぎこ	ぶたにく あぶらあげ ぎゅうにゅう ささかまぼこ あおりの	アップルシャーベットの	765	28.6	
15木	切り干し大根のそぼろ丼(ごはん) 牛乳 豚汁 原宿ドック(チーズ)	コムギ 乳	ごはん あぶら さとう でんぷん じゃがいも あぶら はらじゆくドック	ぶたにく とりにく ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ	にんじん たまねぎ きりぼしだいこん ねぎ だいこん にんじん ごぼう こんにゃく	911	31.6	
16金	ごはん 鶏ごぼうピラフの具 牛乳 鮭フライ(ソース) ジュリエンスープ	卵 コムギ 乳 乳 小麦 (小麦) コムギ	ごはん バター あぶら	とりにく たまごそぼろ ぎゅうにゅう さけフライ ベーコン	たまねぎ ごぼう にんじん コーン えだまめ たまねぎ にんじん キャベツ パセリ	840	31.1	
20火	食育の日 献立 スラッピードッグ(コッペパン) 「スラッピージョー」 焼きウィンナー 牛乳 ABCマカロニスープ	(小麦 乳) 小麦 乳 小麦	コッペパンスライス あぶら じゃがいも きびざとう パンこ あぶら アルファベットマカロニ	ぶたにく ぶたレバー ウィンナー ぎゅうにゅう とりにく	にんにく たまねぎ にんじん たまねぎ もやし コーン キャベツ	805	36.3	
21水	キムチみそラーメン(ホット中華種) 牛乳 肉まん ナムル(ドレッシング)	(小麦) 乳 小麦 (コムギ)	ホットちゅうかめん きびざとう ごま ごまあぶら にくまん かんこくナムルドレッシング	ぶたにく みそ ぎゅうにゅう	しょうが しょうが しょうが しょうが しょうが しょうが もやし きゅうり にんじん こまつな	801	33.2	
22木	ごはん こぎつねご飯の具 牛乳 鰻の生姜煮 豆腐のすまし汁	卵 コムギ 乳 コムギ コムギ	ごはん さとう さとう	ぶたにく たまごそぼろ あぶらあげ ぎゅうにゅう いわしのしょうがに とうふ かまぼこ	にんじん れんこん えだまめ だいこん ねぎ にんじん こまつな	807	30.9	
26月	ハムカツサンド(子どもパン) 「ハムカツ」 「カラフルサラダ(ドレッシング)」 牛乳 秋のシチュー	(小麦 乳) 小麦 (コムギ) 乳 小麦 乳	こどもパンスライス あぶら たまねぎドレッシング あぶら さつまいも	ハムカツ ぎゅうにゅう とりにく きゅうにゅう しょうが チーズ しょうが しょうが ぶたにく えび いか うすらのたまご ぎゅうにゅう こもちししゃもフリッター	キャベツ にんじん きゅうり コーン あかびんご にんじん たまねぎ ぶなしめじ コーン パセリ	840	39.3	
27火	中華丼(ごはん) 牛乳 子持ちししゃもフリッター(2本) Feuエハース	卵 コムギ えび 乳 小麦 卵 小麦 乳	ごはん あぶら きびざとう でんぷん ごまあぶら あぶら Feuエハース	ぶたにく えび いか うすらのたまご ぎゅうにゅう こもちししゃもフリッター	にんじん しょうが にんじん しょうが たまねぎ もやし キャベツ	837	32.0	
28★水	田舎汁うどん(地粉うどん) 牛乳 大学芋(3コ) さくさくサラダ(ドレッシング)	コムギ (小麦) 乳 コムギ (小麦)	じごなうどん きびざとう さつまいも あぶら さとう みずあめ ごま しおドレッシング	ぶたにく あぶらあげ こんぶ ぎゅうにゅう	にんじん だいこん ねぎ こまつな にんじん きゅうり キャベツ れんこん えだまめ	848	27.4	
29★木	ごはん 牛乳 豆腐ハンバーグきのこあん 糸こんにゃくの煮物 里芋のみそ汁	乳 小麦 コムギ	きびざとう でんぷん さとう ごまあぶら さといも	ぎゅうにゅう とうふハンバーグ ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	しょうが ぶなしめじ えのきたけ にんじん たまねぎ こんにゃく ビーマン こまつな にんじん ねぎ	793	28.1	
30金	ハヤシライス(麦ごはん) 牛乳(250ml) ごぼうサラダ(ドレッシング)	小麦 乳 乳	むぎごはん あぶら サウザンアイランドドレッシング	ぶたにく スキムミルク ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん セロリ しょうが トマト にんにく ごぼう きゅうり にんじん キャベツ	896	28.8	
計 18 回					※はしは毎日持っていきましょう ※材料入荷の都合により献立の変更があります	平均栄養量	831	30.4

※ アレルギー表記については、食材納入業者から提出された製品規格書の記載に基づき7大アレルギーのみを表記したものです。コンタミネーションに関する表記はしていません。コンタミネーションについては学校給食センターまでお問い合わせください。
 ※ 中学校の献立で使われていない食材であっても、小学校の献立で使用している場合があります。交差の注意を調理しておりますが同じ調理場内で調理しておりますのでご了承ください。
 ※ 主食工場では、次の食材を含む製品を製造しています。
 ・パン製造工場では、乳を含む製品を製造しています。
 ・麺製造工場では、そば・卵を含む製品を製造しています。
 ・米飯製造工場では、小麦を含む製品を製造しています。
 ※ 使用材料をすべて載せているわけではありません。
 ※ ご家庭でも注意していただき、ご不明な点がありましたら遠慮なく学校給食センター(電話0493-22-0741)までお問い合わせください。

～9月の行事～

9日 十五夜献立

20日 世界に料理(アイオワ州)

食材産地

★9月28・29日の献立について

比企地区新人戦開催の場合、給食はありません。
 ※9月12日以降に大会中止が決定した場合は給食の提供ができません。

令和4年度2・3学期の学校給食費について

昨今、物価高騰に伴い食材価格が高騰しておりますが、給食食材の増額分を、令和4年度2・3学期分まで公費で支援することとしました。これにより、今年度は給食費を変更いたしません。今後も学校給食へのご理解・ご協力をお願いいたします。

学校給食センター
☎0493-22-0741

