



令和7年9月

きゅうしよくこんだて よてい ひょう

給食献立予定表

玉野市立学校給食センター

©いしいひさいち



ひつけ日付	こんだてめい 献立名	おも さいりょう 主な材料			エネルギー(kcal)	エネルギー(kcal)	
		血やにくになる	体の調子をととのえる	エネルギーのもとになる	たんぱく質(g)	たんぱく質(g)	
				小学校	中学校		
1 (月)	〇〇〇防災の日献立〇〇〇 救給カレー 牛乳 ミンチカツ コンソメスープ 乾パン(中学校のみ)	牛乳 ミンチカツ	鶏肉	にんじん たまねぎ	救給カレー じゃがいも 油 乾パン(中学校のみ)	634	843
2 (火)	パン 牛乳 夏野菜のチキンピーンズ コーンサラダ 冷凍ピーチ	牛乳 鶏肉	大豆	かぼちゃ とうもろこし なす キャベツ もも	パン 砂糖 ドレッシング	643	772
3 (水)	ごはん 牛乳 きびなごの南蛮和え ごぼうのごまマヨ和え 五目みそ汁	牛乳 油揚げ	鶏肉 みそ	ごぼう にんじん たまねぎ	米 ノンエッグマヨネーズ ごま 油	602	716
4 (木)	ソフトめんなすのポロネーゼ風 牛乳 イタリアンサラダ	牛乳 牛肉	豚肉	トマト にんにく 赤ピーマン たまねぎ	ソフトめん ドレッシング マッシュルーム	639	763
5 (金)	ごはん 牛乳 鶏肉の塩麹焼き 切り干し大根の煮物 えのきたけのみそ汁	牛乳 豆腐 みそ 鶏肉	平天 わかめ 油揚げ	切り干し大根 たまねぎ ねぎ	米 砂糖	617	735
8 (月)	ごはん 牛乳 鱈の薬味しょうゆだれかけ こうご和え 油揚げのみそ汁	牛乳 みそ 豆腐	油揚げ わかめ 鱈	キャベツ だいこん にんじん しょうが	米 油 砂糖 でんぷん	616	733
9 (火)	パン 牛乳 鶏肉のハニーマスタード焼き キャベツのサラダ 豆乳スープ	牛乳 鶏肉	豆乳 ベーコン	きゅうり たまねぎ にんじん マッシュルーム	パン じゃがいも はちみつ ドレッシング	624	755
10 (水)	ごはん(韓国のり) 牛乳 豚肉のプルコギ風 わかめスープ	牛乳 わかめ 豚肉	豆腐 鶏肉 豚肉	にら しょうが にんにく たまねぎ 干しいたけ	米 砂糖 ごま じゃがいも 油	611	727
11 (木)	ぶっかけうどん 牛乳 かき揚げ そくせき漬け	牛乳 かつおぶし 鶏肉	油揚げ こんぶ	干しいたけ しょうが もやし たまねぎ	うどん かき揚げ 砂糖 油	695	849
12 (金)	豚キムチ丼 牛乳 きゅうりのさっぱり漬け 冷凍みかん	牛乳 豚肉 みそ	ちりめん 油揚げ	にんにく しょうが にんじん たまねぎ 干しいたけ ねぎ もやし	米 砂糖 ごま こんにゃく 油	650	763
16 (火)	バターロールパン 牛乳 ホキのオーロラソース和え フレンチサラダ ABCスープ	牛乳 みそ	ベーコン ホキ	とうもろこし にんじん たまねぎ キャベツ	バターロールパン マカロニ 油 じゃがいも 砂糖 でんぷん	661	808
17 (水)	〇〇〇たまのチャレンジ献立 (八浜小) 〇〇〇 ごはん 牛乳 鯖の塩焼き きゅうりと枝豆のサラダ 野菜たっぷりのみそ汁 りんごゼリー	牛乳 みそ	油揚げ 鯖	えだまめ ほうれんそう たまねぎ にんじん	米 ドレッシング りんごゼリー	698	822
18 (木)	塩ラーメン 牛乳 揚げ春巻き 切り干し大根の中華和え	牛乳 ホタテ貝柱 中華春巻	かまぼこ わかめ 豚肉	にんにく しょうが キャベツ きゅうり ねぎ	中華めん ごま 油 砂糖	685	851
19 (金)	ごはん 牛乳 うずらの卵と厚揚げのそぼろ煮 煮干しのカレー風味 キャベツのおかか炒め	牛乳 厚揚げ かつおぶし	うずらの卵 かえり 豚肉	しょうが さいいんげん にんじん	米 こんにゃく さといも 砂糖	630	750
22 (月)	ごはん 牛乳 鯖のみりん干し 五目煮 じゃがいものみそ汁	牛乳 大豆 鶏肉	油揚げ ひじき わかめ	さいいんげん にんじん たまねぎ	米 砂糖 じゃがいも	616	733
24 (水)	ごはん 牛乳 肉団子の照りたれがらめ しそひじき和え みそけんちん汁	牛乳 みそ 鶏つくね	しそひじき 豆腐	ごぼう しめじ もやし にんじん	米 でんぷん こんにゃく 油 砂糖	618	735
25 (木)	ソフトめん肉みそあんかけ 牛乳 じゃがいもと枝豆のサラダ アセロラゼリー	牛乳 豚肉	みそ	しょうが たまねぎ にんじん たけのこ 干しいたけ ねぎ えだまめ	ソフトめん でんぷん こんにゃく 砂糖 じゃがいも ドレッシング アセロラゼリー	606	737
26 (金)	ごはん 牛乳 えびのチリソース和え 茎わかめの和え物 春雨スープ	牛乳 ベーコン	茎わかめ えび	白ねぎ しょうが にんじん たまねぎ 干しいたけ	米 砂糖 春雨 油	631	751
29 (月)	ごはん 牛乳 豚肉のカレーじょうゆがらめ 小松菜のおひたし 白玉麩のすまし汁	牛乳 豚肉	わかめ みそ	こまつな ねぎ もやし	米 油 でんぷん 砂糖	622	741
30 (火)	パン 牛乳 野菜のスープ煮 ポロニアソーセージ ひじきサラダ	牛乳 ひじき ポロニアソーセージ	鶏肉	たまねぎ きゅうり にんじん	パン 砂糖 ノンエッグマヨネーズ	646	806