

※9月の学校給食費の納付期限(口座振替日)は、9月30日です。

9月分の給食献立表

大村市中学校給食センター (中学校)

| 日付 曜日 | 献立名 | 材 料 | | | | | 栄養価 | |
|-----------|----------------|---------------------|----------|------------------------|--------------------------|---------------|------------------|-------|
| | | 主に体の組織を作る | | 主に体の調子を整える | | 主にエネルギーになる | | エネルギー |
| | | 肉・魚・卵・豆・豆製品 | 牛乳・小魚・海藻 | 緑黄色野菜 | その他の野菜・くだもの・きのこ | 米・パン・めん・いも・砂糖 | 油脂 | たんぱく質 |
| 2 (火) | 夏野菜カレー(麦) | 豚肉 | | かぼちゃ にんじん トマト 青ピーマン | たまねぎ なす りんご にんにく | 米 麦 じゃがいも | 油 | 822 |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | 29.9 |
| | キャベツとツナのソテー | ツナ | | こまつな にんじん | キャベツ 梨 | | 油 | |
| 3 (水) | ごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | 米 | | 798 |
| | 鶏家豆腐(ジージャードウフ) | 豆腐 鶏肉 | | にんじん | しょうが たまねぎ むき枝豆 しいたけ | でん粉 砂糖 | ごま油 | 33.6 |
| | シュウマイ | シュウマイ | | | | | | |
| 4 (木) | ごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | 米 | | 753 |
| | 冬瓜スープ | 鶏肉 油揚げ | | にんじん にら | とうがん きくらげ | | | 32.0 |
| | 鰹の南蛮漬け | あじ | | 青ピーマン にんじん | たまねぎ | でん粉 砂糖 | 油 | |
| 5 (金) | ごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | 米 | | 827 |
| | マカロニスープ | ベーコン | | にんじん パセリ | たまねぎ キャベツ | マカロニ じゃがいも | | 31.1 |
| | 鶏肉とレバーのマリアナソース | 鶏肉 レバー | | にんじん 青ピーマン | しょうが たまねぎ | でん粉 砂糖 | 油 | |
| 8 (月) | ごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | 米 | | 798 |
| | 親子煮 | 鶏肉 卵 凍り豆腐 | | にんじん いんげん | たまねぎ | じゃがいも 砂糖 | | 33.1 |
| | 鰹すり身フライ | あじすり身フライ | | | | | 油 | |
| 9 (火) | ごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | 米 | | 779 |
| | 春雨スープ | 鶏肉 ベーコン | | にんじん チンゲンサイ | たまねぎ 根深ねぎ | 春雨 | | 30.5 |
| | 豚肉と野菜の炒め物 | 豚肉 | | にんじん 青ピーマン | しょうが キャベツ たまねぎ にんにく | 砂糖 | 油 | |
| 10 (水) | ごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | 米 | | 752 |
| | つみれ汁 | とびうおつみれ 厚揚げ | | | たまねぎ 根深ねぎ しいたけ | じゃがいも | | 34.7 |
| | 納豆みそ | 納豆 豚肉 赤みそ | | こねぎ | しょうが | 砂糖 | 油 | |
| 11 (木) | 麦ごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | 米 麦 | | 772 |
| | ビビンバ(肉) | 豚肉 | | | たまねぎ にんにく | 砂糖 | 油 | 32.7 |
| | ビビンバ(ナムル) | | | こまつな にんじん | もやし | 砂糖 | ごま ごま油 | |
| 12 (金) | ごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | 米 | | 785 |
| | 五目豆 | 豚肉 厚揚げ 揚げかまぼこ 大豆 | 昆布 | にんじん いんげん | 板こんにやく しいたけ | じゃがいも 砂糖 | | 32.1 |
| | キビナゴフライ | キビナゴフライ | | | | | 油 | |
| 16 (火) | 麦ごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | 米 麦 | | 761 |
| | のっぺい汁 | 鶏肉 油揚げ 豆腐 | | にんじん | 板こんにやく だいこん しいたけ 根深ねぎ | じゃがいも でん粉 | | 30.1 |
| | 鶏(けい)ちゃん | 鶏肉 赤みそ | | にら | しょうが キャベツ もやし にんにく | | ごま油 | |
| 17 (水) | ごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | 米 | | 784 |
| | 鶏ごぼう汁 | 鶏肉 厚揚げ | | | ごぼう しいたけ 根深ねぎ | じゃがいも | | 35.2 |
| | 鮭のバター焼き | 鮭 | | | | | バター 油 | |
| 18 (木) | ごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | 米 | | 790 |
| | うま煮 | 豚肉 厚揚げ | | にんじん | たまねぎ こんにやく しいたけ | じゃがいも 砂糖 | | 29.9 |
| | 干草焼き | 干草焼き | | | | | | |
| 19 (金) | とうもろこしごはん | 鶏肉 | | | | 米 | 油 | 780 |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | 29.3 |
| | 野菜スープ | ベーコン | | にんじん | キャベツ たまねぎ | じゃがいも | | |
| 22 (月) | ポークトマトライス | 豚肉 | | | たまねぎ ぶなしめじ | 米 | バター | 814 |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | 29.1 |
| | コーンポタージュ | ベーコン | | にんじん | たまねぎ とうもろこし マッシュルーム | 小麦粉 じゃがいも | マーガリン 油 生クリーム | |
| 24 (水) | しそごはん | | | しそ | | 米 | | 748 |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | 27.4 |
| | 具だくさんすまし汁 | 豆腐 鶏肉 | | にんじん こまつな | ごぼう | じゃがいも | | |
| 25 (木) | ごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | 米 | | 879 |
| | 大豆とポテトのトマト煮 | 豚肉 大豆 | | にんじん トマト | たまねぎ グリンピース | じゃがいも 砂糖 | 油 | 33.3 |
| | 鶏肉のバーベキューソース | 鶏肉 | | | りんご 根深ねぎ しょうが にんにく | 小麦粉 砂糖 | 油 | |
| 26 (金) | 麦ごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | 米 麦 | | 779 |
| | トック | 鶏肉 | | にんじん チンゲンサイ | しょうが | トック | | 32.0 |
| | ブルコギ | 牛肉 | | にんじん にら | たまねぎ にんにく | 砂糖 | 油 ごま油 | |
| 29 (月) | 麦ごはん 牛乳 | | 牛乳 | | | 米 麦 | | 770 |
| | サステナブルキーマカレー | 豚肉 レンズ豆 大豆 豆乳 | | にんじん トマト 青ピーマン | たまねぎ キャベツ にんにく | | 油 | 28.0 |
| | 彩りスープ | ベーコン 卵 | | にんじん こまつな | キャベツ たまねぎ | じゃがいも | | |
| 30 (火) | わかめサラダ | | わかめ | | きゅうり | 砂糖 | オリーブ油 | |
| | とりめし | 鶏肉 | | | しょうが | 米 | 油 | 766 |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | 34.1 |
| 30 (火) | さつま汁 | 鶏肉 厚揚げ 麦みそ | | にんじん | こんにやく ごぼう 根深ねぎ | さつまいも | | |
| | タラの彩り野菜あんかけ | タラ | | 青ピーマン にんじん | たまねぎ とうもろこし | でん粉 砂糖 | 油 | |

※都合により献立を変更することがあります。

(令和7年9月 大村市教育委員会)