



令和6年度 9月中学校給食予定献立表



調理場

三島市立錦田学校給食共同調理場

日	献立名	主に体の組織をつくる 食品群	主に体の調子を整える 食品群	主にエネルギーになる 食品群	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
2 (月)	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	766kcal 32.1g
	タコライス	豚肉・大豆	人参・トマト	砂糖・でん粉	
	粉ふき芋		玉葱・にんにく・生姜	植物油	
	たまごスープ	鶏肉・鶏卵	わかめ	じゃが芋	
3 (火)	丸パン			小麦粉・砂糖	886kcal 38.2g
	コッペパン			小麦粉・砂糖	
	牛乳				
	ハンバーグ	鶏肉・豚肉	トマト	砂糖	
	オニオンソース		トマトピューレ	砂糖	
	りんごサラダ		玉葱・にんにく・生姜	植物油	
クラムチャウダー	あさり・ベーコン 白花豆	牛乳・粉チーズ 脱脂粉乳	人参・パセリ	砂糖 植物油	
4 (水)	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	776kcal 30.4g
	中華丼	豚肉・いか 蒲鉾	人参 小松菜	てん粉	
	大豆とカシューナッツの 唐揚げ	大豆	キャベツ・玉葱・荀 もやし・椎茸	植物油 ごま油	
	果物		なし	じゃが芋・でん粉 カシューナッツ 植物油	
5 (木)	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	704kcal 28.6g
	ポテトの玉子焼き	鶏卵・ウィンナー 豚肉	人参	じゃが芋・砂糖	
	ごまソース		玉葱	砂糖	
	レタスのシャキシャキ 青のり和え		人参	ごま	
豆腐とチンゲン菜のスープ	豆腐・鶏肉	青のり	もやし・レタス	ごま油	
6 (金)	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	705kcal 28.4g
	たらの竜田揚げ	たら		てん粉	
	レモン醤油ソース			砂糖	
	ごま和え		小松菜・人参	砂糖	
	味噌豆乳汁	豆腐・みそ・豆乳 油揚げ	豆腐	キャベツ	
すりおろしりんごゼリー		かぼちゃ・人参 葉葱	玉葱・しめじ	ごま	
9 (月)	わかめご飯(麦)・牛乳	わかめ・牛乳		精白米・麦	812kcal 28.4g
	家常豆腐 (ジャーチャンドウフ)	豆腐・豚肉	人参 さやいんげん	砂糖・でん粉	
	ワンタンスープ	鶏肉	人参・葉葱	植物油	
	キャロットケーキ	鶏卵	人参	ワンタンの皮 ホットケーキミックス 砂糖	
10 (火)	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	702kcal 32.2g
	ほっけの味噌チーズ焼き	ほっけ みそ	チーズ	砂糖	
	しらすの炒め物		ピーマン	植物油	
	かき玉汁	鶏卵・油揚げ	人参 さやいんげん	バター 植物油	
11 (水)	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	758kcal 24.7g
	カレーライス	豚肉	人参・トマト	砂糖	
	ビーンズサラダ	大豆		じゃが芋・カレールウ 砂糖	
	福神漬		玉葱・なす・りんご にんにく・生姜	砂糖	
12 (木)	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	707kcal 36.3g
	鱈の西京焼き	さわら・みそ		砂糖	
	茎わかめのきんぴら	豚肉	人参	砂糖	
	けんちん汁	豆腐・鶏肉	人参・葉葱	ごま・砂糖 ごま油・植物油	
	加工小魚		かたくちいわし	じゃが芋・こんにゃく でん粉 砂糖・でん粉	

パンにはさんで
ハンバーガーに
しましょう!

今しか食べられない!



日	献立名	主に体の組織をつくる 食品群	主に体の調子を整える 食品群	主にエネルギーになる 食品群	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
13 (金)	中華麺・牛乳	牛乳		小麦粉	775kcal 34.1g
	タンタン麺	豚肉・みそ	人参 チンゲン菜	砂糖・でん粉 ごま 植物油 ごま油	
	きびなごフライ			パン粉 植物油	
	こんにやくサラダ	きびなご	人参 キャベツ・きゅうり	こんにやく・砂糖 ごま・ごま油	
17 (火)	十五夜献立				736kcal 23.2g
	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	
	さんまのみぞれ煮	さんま		砂糖・でん粉	
	かぼちゃのサラダ	豆乳 	かぼちゃ	砂糖 アーモンド マヨネーズ (卵不使用)	
お月見だんご汁	豚肉	人参・葉葱	大根・ごぼう	白玉団子・里芋	
ふるさと給食					
18 (水)	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	718kcal 22.9g
	甘藷みしまコロッケ	豆乳		さつま芋・砂糖 植物油 パン粉	
	ピーマンのピリ辛炒め	豚肉・みそ	ピーマン・人参	植物油	
	呉汁 のり佃煮	大豆・みそ・油揚げ	人参・葉葱	大根・ごぼう じゃが芋・こんにやく 砂糖・でん粉	
19 (木)	ターメリックライス(麦)			精白米・麦	784kcal 24.6g
	牛乳	牛乳		小麦粉	
	鶏肉のホワイトソース	鶏肉・ベーコン 白花生	人参・パセリ	バター 植物油	
	さつま芋と大豆のサラダ	大豆		さつま芋・砂糖 マヨネーズ (卵不使用)	
20 (金)	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	727kcal 24.8g
	いかの更紗揚げ	いか		でん粉 植物油	
	ポテトサラダ		人参	じゃが芋・砂糖 マヨネーズ (卵不使用)	
	おこげスープ	鶏肉	わかめ 葉葱	玉葱・筍・えのき茸 もち米 植物油	
24 (火)	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	733kcal 27.1g
	豆腐のチリソース	豆腐・豚肉 大豆・レバー	人参・トマト 葉ねぎ	砂糖 ごま油 植物油	
	じゃが芋の中華サラダ		人参	じゃが芋・砂糖 ごま・ごま油	
25 (水)	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	702kcal 27.1g
	さばの塩こうじ焼き	さば			
	ひじきの炒め煮	大豆・さつま揚げ	ひじき	砂糖 ごま・植物油	
	みそ汁	みそ	わかめ かぼちゃ・葉葱	玉葱・えのき茸	
26 (木)	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	713kcal 32.2g
	親子丼	鶏肉・鶏卵 蒲鉾	人参	砂糖	
	みそ汁	みそ・油揚げ	わかめ 葉葱	玉葱 じゃが芋	
27 (金)	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	730kcal 26.2g
	ししゃもの磯辺揚げ			小麦粉 植物油	
	ひじきのナムル		ひじき	ごま・ごま油	
	豚汁	豆腐・豚肉・みそ	小松菜・人参	じゃが芋・こんにやく	
	かつおぶりかけ みかんみかんゼリー	いわし粉・鰹節	人参・葉葱	大根・ごぼう みかん缶 みかんゼリーの素	
30 (月)	ご飯(麦)・牛乳	牛乳		精白米・麦	732kcal 25.3g
	麻婆なす丼	豚肉・大豆 レバー・みそ	人参・葉葱	マーボー豆腐の素 植物油	
	中華コーンスープ	豆腐・鶏卵	わかめ	でん粉・砂糖	
	ラムネ型チーズ		人参・葉葱	でん粉 しめじ・とうもろこし	

【錦田中学校】

今月の給食回数は、19回の予定です。
天候により、食材が変更になる場合があります。

【山田中学校】

今月の給食回数は、18回の予定です。
2日(月)は代休のため給食はありません。
天候により、食材が変更になる場合があります。

【今月の学校給食で使用している野菜】

しめじ・・・川原ヶ谷地区 長谷川さん
葉ねぎ・かぼちゃ・・・小沢地区 山田さん
じゃがいも・・・山田地区 杉山さん
小松菜・・・山田地区 林さん
トマトソース・・・三島ときめき連絡協議会グループの加藤さん



毎日の給食の写真が見られます

◎検索方法
三島市立錦田(山田)中学校ブログ
→ 給食 → メニュー

