

令和7年9月 学校給食予定献立表

日 曜	こんだて		体の調子を整える食品						その他 調味料	おやつ
			体をつくるものになる食品		体の調子を整える食品		エネルギーのもとになる食品			
			1群 たんぱく質	2群 無機質	3群 ビタミン・無機質	4群	5群 炭水化物	6群 脂質		
			魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・小魚 海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	穀類・いも類 砂糖	油脂		
1 月	主食	ごはん					ごはん			
	主菜	ボークカレー	豚肉		にんじん	たまねぎ グリンピース にんにく ブルース	じゃがいも	油	★カレールウ ケチャップ カレー粉	
	副菜	きのこのサラダ	ベーコン		ほうれん草 にんじん	きゅうり とうもろこし エリンギ しめじ にんにく		油	酢 塩 こしょう	いもちろ
	他	ヨーグルト		★ヨーグルト						
	他	牛乳		牛乳						
2 月	主食	ソフトメン					ソフトメン			
	主菜	鶏なんばん汁	鶏肉	牛乳の日	ほうれん草 にんじん	長ねぎ 大根 ししいたけ	砂糖		混合だし しょうゆ みりん 塩	
	副菜	ピリ辛サラダ			ブロッコリー にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし にんにく	砂糖	ごま油	しょうゆ 酢 塩 一味唐辛子	りんごゼリー
	他	手作りチーズ蒸しパン		チーズ 牛乳			★ホットケーキミックス			
	他	牛乳		牛乳						
3 月	主食	ごはん					ごはん			
	主菜	鶏肉と里手の肉みそがらめ	豚肉 みそ		にんじん	たまねぎ しょうが にんにく 枝豆	里芋 でん粉 砂糖	油	しょうゆ みりん 一味唐辛子	蒸焼 蒸しパン
	副菜	五色あえ	ハム ★いり玉子		にんじん ほうれん草	白菜	砂糖	油	しょうゆ 酢	
	他	牛乳		牛乳						
	他	牛乳		牛乳						
4 月	主食	ごはん					ごはん			
	主菜	さけのねぎバターソースがけ	★さけ切身でん粉付き			長ねぎ えのきたけ	砂糖	油 バター	しょうゆ 酒 塩	
	副菜	チキンの酢しょうゆあえ	鶏肉		小松菜 にんじん	キャベツ もやし		ごま油	しょうゆ 酢	きなこ クリームパン
	他	ずいどん汁	★なると		ほうれん草 にんじん	大根 長ねぎ	★ずいどん		混合だし しょうゆ 塩	
	他	牛乳		牛乳						
5 月	主食	ミルクパン					ミルクパン			
	主菜	ハンバーグデミグラスソース	★ハンバーグ			たまねぎ		油	★デミグラスソース ケチャップ 赤ワイン	
	副菜	マカロニサラダ			にんじん	きゅうり たまねぎ	マカロニ	ノンエッグマヨネーズ	塩 こしょう	おかし
	他	ベーコンとほうれん草のスープ	ベーコン		ほうれん草 にんじん	キャベツ とうもろこし マッシュルーム			野菜ブイヨン 塩 こしょう	
	他	牛乳		牛乳						
8 月	主食	ごはん					ごはん			
	主菜	ガバオライスの真	鶏肉 大豆		ピーマン にんじん	たけのこ たまねぎ しょうが にんにく 干しいたけ	じゃがいも 砂糖	油	しょうゆ 塩 酒 ★パプリソース ★オイスターソース 一味唐辛子	バナナマフィン
	副菜	チーズ入り大根サラダ		チーズ	にんじん	きゅうり 大根	砂糖	油	酢 塩 こしょう	
	他	牛乳		牛乳						
	他	牛乳		牛乳						
9 月	主食	茨城県産小麦パン					茨城県産小麦パン			
	主菜	いかのレモンソース	★いかでん粉付き			レモン	砂糖	油	しょうゆ 酒	
	副菜	キャベツとベーコンのソテー	ベーコン		にんじん チンゲン菜	キャベツ とうもろこし		豆乳バター	野菜ブイヨン 塩 こしょう	とどやき
	他	コンソメスープ	鶏肉		小松菜 にんじん	白菜 たまねぎ セロリ	じゃがいも		野菜ブイヨン 塩 こしょう	
	他	牛乳		牛乳						
10 月	主食	ごはん		ひぬ丸くん メニュー			ごはん			
	主菜	鶏肉のにらダレ	鶏肉		にら	しょうが にんにく	でん粉 砂糖	ごま油	しょうゆ 酒	
	副菜	洋風切干し大根煮	ベーコン		にんじん きゅうり にんじん	切干し大根 にんにく		油 豆乳バター	野菜ブイヨン 塩 こしょう	ピザ焼サンド
	他	たまねぎと油揚げのみそ汁	油揚げ みそ		にんじん	たまねぎ 大根 キャベツ			混合だし	
	他	牛乳		牛乳						
11 月	主食	ごはん					ごはん			
	主菜	香ばき	★香ばき					油		
	副菜	ハンサンスー	鶏肉		にんじん	キャベツ きゅうり	香辛 砂糖	油 ごま油	しょうゆ 酢	小松菜 ドーナッツ
	他	わかめのスープ	豆腐 ★かまぼこ	わかめ	ほうれん草 にんじん	大根 長ねぎ			チキンガラスープ しょうゆ 塩 こしょう	
	他	牛乳		牛乳						
12 月	主食	はちみつパン					はちみつパン			
	主菜	鶏肉とさつまいものクリーム煮	鶏肉	牛乳 生クリーム 粉チーズ	にんじん チンゲン菜	たまねぎ しめじ 白菜	さつまいも 米粉	油 豆乳バター	野菜ブイヨン 塩 こしょう	おかし
	副菜	ガーリックドレッシングサラダ	まぐろ		小松菜 にんじん	キャベツ たまねぎ にんにく しょうが		油	しょうゆ みりん 塩	
	他	牛乳		牛乳						
	他	牛乳		牛乳						

※ 都合により、献立や材料を変更することがありますので、ご了承ください。

茨城町産の食材は、米・にらです。
ひぬ丸くんメニューの茨城町産の食材は、米・にら・キャベツ・たまねぎ・にんじん・大根です。
茨城県産の食材は、ソフトメン・牛乳・豚肉・さつまいもです。



茨城町のマスコットの ひぬ丸くん です。
ひぬ丸くんのマークが付いている食材は 茨城町産 です。

日 曜	こんだて		体の中での主なはたらき						その他 調味料	おやつ
			体をつくるものになる食品		体の調子を整える食品		エネルギーのもとになる食品			
			1群 たんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 無機質 牛乳・小魚 海藻	3群 ビタミン・無機質 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 葉物	5群 炭水化物 穀類・いも類 砂糖	6群 脂質 油脂		
16 (水)	主食	ソフトメン					ソフトメン			ブルーベリー タルト
	主菜	きつねうどん ^{うどん}	鶏肉 油揚げ	ほうれん草 にんじん	しいたけ 長ねぎ	砂糖	油	混合だし しょうゆ みりん		
	副菜	海そうサラダ ^{海そう}		★海そうミックス	キャベツ きゅうり	こんにゃく	ごま ごま油	しょうゆ 酢		
	他	豆腐の手作りもちもち揚げ	★豆腐ペースト			★ホットケーキミックス 砂糖	油			
		牛乳 ^{牛乳}		牛乳						
17 (水)	主食	ごはん				ごはん				あずき クリームケーキ
	主菜	さばの文化干し ^{さば}	★さば文化干し							
	副菜	れんこんとひじきのみそマヨあえ	ハム みそ	ひじき	にんじん	れんこん きゅうり	砂糖	ノンエッグマヨネーズ	しょうゆ みりん	
		きのこけんちゃん汁 ^{きのこ}	豆腐 油揚げ			なめこ ししいたけ 長ねぎ	里芋 こんにゃく	ごま油	混合だし しょうゆ	
	他	牛乳 ^{牛乳}		牛乳						
18 (水)	主食	ごはん				ごはん				スバイザー ポテトフライ
	主菜	豚キムチ ^豚	豚肉 みそ	にら	にんじん	たまねぎ キャベツ ★キムチ	砂糖	ごま油	しょうゆ 酒 みりん ★コチュジャン	
	副菜	もやしとコーンのあえもの		にんじん	もやし とうもろこし	砂糖	ごま油	しょうゆ		
		たまごスープ	豆腐 卵	ほうれん草 にんじん	たまねぎ	でん粉		混合だし しょうゆ 塩		
	他	牛乳 ^{牛乳}		牛乳						
19 (金)	主食	抹茶きなこ揚げパン ^{抹茶}	きなこ			コッパパン 砂糖	油	抹茶パウダー		おかし
	主菜	チキンたっぷりミネストローネ	鶏肉	ほうれん草 にんじん	たまねぎ セロリ	マカロニ ジャがいも		★トマトソース 野菜ブイヨン 塩		
	副菜	クルトンサラダ		和チーズ	キャベツ とうもろこし	★クルトン	ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル	酢 塩 黒こしょう		
	他	牛乳 ^{牛乳}		牛乳						
	主食	ごはん				ごはん				
22 (月)	主菜	鶏肉とれんこんの薬酢炒め ^{鶏肉}	鶏肉	ピーマン にんじん	れんこん しめじ	でん粉 砂糖	油 ごま油	しょうゆ みりん 黒酢 酒 こしょう		アップルパイ
	副菜	からしあえ	ハム	ほうれん草 にんじん	きゅうり			しょうゆ からし粉		
		米粉ワタンスープ ^{米粉}		小松菜	もやし 長ねぎ しょうが しいたけ えのきだけ	★米粉ワタナン	ごま油	チキンガラスープ しょうゆ 塩 こしょう		
	他	牛乳 ^{牛乳}		牛乳						
	主食	ごはん				ごはん				
24 (水)	主菜	三色そばろ ^{三色}	鶏肉 大豆 ★いり玉子	小松菜	しょうが	砂糖	油	しょうゆ 酒 みりん		のりバター トースト
	副菜	昆布あえ		塩こんぶ	にんじん	キャベツ 大根 きゅうり	砂糖	ごま油	しょうゆ	
		わかめと豆腐のみそ汁 ^{わかめ}	豆腐 みそ	わかめ	にんじん	たまねぎ 白菜 長ねぎ しめじ		混合だし		
	他	牛乳 ^{牛乳}		牛乳						
	主食	ごはん				ごはん				
25 (水)	主菜	厚揚げとじゃがいものカレー煮 ^{厚揚げ}	豚肉 厚揚げ	小松菜 にんじん	たまねぎ しめじ	じゃがいも 砂糖	油	カレー粉 しょうゆ		チョコチップ スコーン
	副菜	ほうれん草サラダ	鶏肉	ほうれん草 にんじん	もやし しょうが にんにく しそ		オリーブオイル	しょうゆ 塩 こしょう アップルソース		
	他	牛乳 ^{牛乳}		牛乳						
	主食	ごはん				ごはん				
	主菜	茨城県産小麦パン ^{茨城県産小麦}				茨城県産小麦パン				
26 (金)	主食	チョコクリーム				★チョコクリーム				クレープ (カスタード)
	主菜	あじフライトマトソース	★あじフライ	トマト	たまねぎ しょうが にんにく 長ねぎ	砂糖	油	グチャップ 一徳亭亭亭	しょうゆ 酒	
	副菜	ハムと野菜のマリネ ^{ハム}	ハム	にんじん	きゅうり たまねぎ キャベツ		オリーブオイル	酢 塩 こしょう		
		かぼちゃのスープ	鶏肉	牛乳 生クリーム	かぼちゃ にんじん パセリ	たまねぎ	米粉 じゃがいも	油	野菜ブイヨン 塩 こしょう	
	他	牛乳 ^{牛乳}		牛乳						
29 (月)	主食	ごはん				ごはん				みそ焼き おにぎり
	主菜	豚肉のしょうが焼き ^{豚肉}	豚肉	ピーマン	たまねぎ しょうが	砂糖		しょうゆ 酒 みりん		
	副菜	ごまあえ		ほうれん草 にんじん	キャベツ	砂糖	ごま	しょうゆ		
		奥だくさん汁 ^{奥だくさん}	豆腐 みそ	にんじん さやいんげん	大根 たまねぎ	じゃがいも こんにゃく		混合だし		
	他	牛乳 ^{牛乳}		牛乳						
30 (火)	主食	ソフトメン				ソフトメン				おかし
	主菜	子持ちししゃもフリッター ^{子持ち}	★子持ちししゃもフリッター				油			
	副菜	ハムとキャベツのサラダ	ハム	ほうれん草 にんじん	キャベツ	砂糖	ごま油	しょうゆ 酢		
		チャンボンスープ	豚肉 ★なると	チンゲン菜	たまねぎ もやし 白菜 たけのこ ししいたけ しょうが		ごま油	★チャンボンスープの素		
	他	牛乳 ^{牛乳}		牛乳						

☆小魚類（しらす・ちりめんじゃこ等）は、えび・かにを食べているか、えび・かにが混ざる漁場で採取しています。