

令和7年9月 学校給食予定献立表

日 (曜)	こんだて	体のつくりの主な材料						その他 調味料	
		体をつくるものになる食品		体の開きを助える食品		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・乳類 海藻	3群 ビタミン・無機質 緑黄色野菜	4群 ビタミン・無機質 その他の野菜 果物	5群 炭水化物 穀類・いも類 砂糖	6群 脂質 油脂		
1 (月)	主食	ごはん				ごはん			
	主菜	ボーカカレー	豚肉		にんじん	たまねぎ にんにく	グリーンピース ブロッコリー	油	★カレールウ クチャップ カレー粉 ガラムマサラ
	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 エリンギ にんにく	とうもろこし しめじ	油	酢 塩 こしょう
	他	ヨーグルト		★ヨーグルト					
	他	牛乳		牛乳					
2 (火)	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
	他	手作りチーズ煮しパン		チーズ 牛乳			★ホットケーキミックス		
	他	牛乳		牛乳					
3 (水)	主食	ごはん				ごはん			
	主菜	豚肉と里芋の肉みそがらめ	豚肉 みそ		にんじん	たまねぎ しょうが 枝豆	里芋 でん粉 砂糖	油	しょうゆ みりん 一味唐辛子
	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 (木)	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 えのきだけ	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
	他	すいとん汁	★なると		ほうれん草 にんじん	大根 長ねぎ	★すいとん		混合だし しょうゆ 塩
	他	牛乳		牛乳					
5 (金)	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 クチャップ 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
	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					
6 (土)	主食	ごはん				ごはん			
	主菜	ガバオライスの肉	鶏肉 大豆		ピーマン にんじん	だけもの たまねぎ しょうが にんにく しいたけ	じゃがいも 砂糖	油	しょうゆ 塩 酒 ★パプリカソース ★オリーブオイル 一味唐辛子
	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					
7 (日)	主食	ごはん				ごはん			
	主菜	いかのしモンソース	★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
	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					
8 (月)	主食	ごはん				ごはん			
	主菜	鶏肉のにらダレ	鶏肉	ひぬ丸くん メニュー	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	洋風切干大根煮	ベーコン		にんじん さやいんげん	切干大根 にんにく		油 豆乳バター	野菜ブイヨン 塩 こしょう
	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					
9 (火)	主食	ごはん				ごはん			
	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
	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					
10 (水)	主食	ごはん				ごはん			
	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
	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					
11 (木)	主食	ごはん				ごはん			
	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
	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					
12 (金)	主食	ごはん				ごはん			
	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
	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。

茨城町学校給食共同調理場

日 曜	こんだて		体 の 中 で の 主 な は た ら き						その他 調味料
			体をつくるもとになる食品		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	2群	3群	4群	5群	6群	
			たんぱく質 魚・肉・豆 卵・豆製品	無機質 牛乳・乳類 海藻	緑黄色野菜	ビタミン・無機質 その他の野菜 果物	炭水化物 穀類・いも類 砂糖	脂質 油脂	
16 (水)	主食	ソフトメン					ソフトメン		
	主菜	きつねうどん汁	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	
17 (木)		牛乳		牛乳					
	主食	ごはん					ごはん 		
	主菜	さばの文化干し	★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
18 (金)		きのこけんちん汁	豆腐 油揚げ			なめこ しいたけ しめじ 長ねぎ	聖手 こんにゃく	ごま油	混合だし しょうゆ
	他	牛乳		牛乳					
	主食	ごはん					ごはん 		
	主菜	豚キムチ	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
19 (土)	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					
	主食	抹茶きなこ揚げパン	きなこ				コッペパン 砂糖	油	抹茶パウダー
22 (月)	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		粉チーズ	ブロッコリー にんじん	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					
	主食	ごはん					ごはん 		
24 (水)	主菜	鶏肉とれんこんの照り焼きめ	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 塩 こしょう
	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
		米粉ワンタンスープ			小松菜	もやし 長ねぎ しょうが しいたけ えのきだけ	★米粉ワンタン	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					
25 (木)	主食	ごはん					ごはん 		
	主菜	三色そばろ	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
	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	豆腐 みそ	わかめ	にんじん	たまねぎ 白ネギ 長ねぎ しめじ			混合だし
26 (金)	他	牛乳		牛乳					
	主食	ごはん					ごはん 		
	主菜	厚揚げとじゃがいものカレー煮	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
	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 レモン		オリーブオイル	しょうゆ 塩 こしょう アップルソース
29 (火)	他	牛乳		牛乳					
	主食	茨城県産小麦パン					茨城県産小麦パン		
		チョコクリーム					★チョコクリーム		
	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	ケチャップ しょうゆ 酒 一徳庵辛子
30 (水)	副菜	ハムと野菜のマリネ	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 ジャがいも	油	野菜ブイヨン 塩 こしょう
	他	牛乳		牛乳					
	主食	ごはん					ごはん 		
31 (木)	主菜	豚肉のしょうが焼き	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
		美だくさん汁	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					
12 (金)	主食	ソフトメン					ソフトメン		
	主菜	子持ちししゃもフリッター	★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 白ネギ 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						

☆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。