

令和8年9月 学校給食予定献立表

日曜	こんだて	体の糖子を蓄える食品						その他 調味料	おやつ	
		体をつくるものになる食品		体の糖子を蓄える食品		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 無塩質 牛乳・小魚 海藻	3群 ビタミン・無塩質 緑黄色野菜	4群 ビタミン・無塩質 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	ソフトメン				ソフトメン			おかし	
	主菜	きつねうどん汁	豚肉 油揚げ ★なると		にんじん ほうれん草	長ねぎ しだいけ	砂糖	油		混合だし しょうゆ みりん
	副菜	おかかあえ	かつお節		小松菜 にんじん	キャベツ もやし				しょうゆ
	他	手作りいちご蒸しパン		牛乳			★ホットケーキミックス ★いちご牛乳のもと	油		
2 (水)	主食	ごはん				ごはん			あやめ団子	
	主菜	チキンカレー	鶏肉		にんじん	たまねぎ にんにく グリーンピース プルーン	じゃがいも	油		★カレールー カレー粉 クチャップ ガラムマサラ
	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						
3 (木)	主食	ごはん				ごはん			ロール揚げパン (コーヒーマン)	
	主菜	鮭フライ	★鮭フライ					油		
	副菜	ピリ辛サラダ			にんじん ブロッコリー	きゅうり キャベツ とうもろこし にんにく	砂糖	ごま油		しょうゆ 塩 酢 一味唐辛子
	他	牛乳	油揚げ みそ		小松菜 にんじん	たまねぎ なす えのきだけ				混合だし
4 (金)	主食	はちみつパン				はちみつパン			シューアイス (チョコ)	
	主菜	豚肉のケチャップ煮	豚肉		にんじん トマト	枝豆 たまねぎ	じゃがいも 砂糖	油		クチャップ 塩
	副菜	チーズ入りスパイスサラダ		チーズ	にんじん	キャベツ きゅうり		オリーブオイル		酢 塩 チリパウダー からし粉 パプリカ粉 こしょう
	他	牛乳		牛乳	ほうれん草 にんじん	たまねぎ				ビーコンソメ 塩 こしょう しょうゆ
7 (月)	主食	ごはん				ごはん			きなごマカロニ	
	主菜	三色そばろいだめ	鶏肉 大豆 ★いり玉子		ほうれん草	しょうが	砂糖	油		酒 みりん しょうゆ
	副菜	大根サラダ	ベーコン		にんじん	大根 きゅうり 枝豆 にんにく		油		酢 塩 こしょう
	他	牛乳	高野豆腐 みそ		にんじん	たまねぎ はくさい 長ねぎ しめじ				混合だし
8 (水)	主食	はちみつパン				はちみつパン			おかし	
	主菜	チキンのガーリック焼き	鶏肉			にんにく しょうが たまねぎ		油		しょうゆ 塩 酒
	副菜	ひじきのサラダ	ベーコン	ひじき	にんじん	キャベツ	砂糖	油		しょうゆ みりん 酢 塩 こしょう
	他	牛乳			にんじん ほうれん草	たまねぎ セロリー	マカロニ じゃがいも			★トマトソース 塩 野菜ブイヨン
9 (木)	主食	ごはん				ごはん			コーンとにんじんのマフィン	
	主菜	野菜いっぱい麻婆豆腐	豆腐 豚肉 みそ		にんじん	大根 しだいけ にんにく たまねぎ しょうが	でん粉 砂糖	油 ごま油		一味唐辛子 チキンガラスープ 塩 しょうゆ
	副菜	ハンサンスー	鶏肉		にんじん	きゅうり キャベツ	春雨 砂糖	油 ごま油		酢 しょうゆ
	他	牛乳		牛乳						
10 (金)	主食	ごはん				ごはん			フレンチトースト	
	主菜	いわしの生姜煮	★いわしの生姜煮							
	副菜	ごぼうサラダ	ハム みそ		にんじん	ごぼう きゅうり キャベツ	砂糖	ごま ノンエッグマヨネーズ		しょうゆ みりん
	他	牛乳	豚肉 豆腐 みそ		小松菜	大根	じゃがいも こんにゃく			混合だし
11 (月)	主食	ミルクパン				ミルクパン			プリン	
	主菜	チリビーンズ	豚肉 赤いんげん豆		にんじん トマト	たまねぎ セロリー にんにく	じゃがいも	油		クチャップ 塩 こしょう 野菜ブイヨン ウスターソース チリパウダー
	副菜	ブロッコリーのサラダ			ブロッコリー にんじん	キャベツ とうもろこし		油		酢 塩 こしょう
	他	牛乳		牛乳						
14 (月)	主食	ごはん				ごはん			焼きおにぎり	
	主菜	さんまの竜田揚げ	★さんまの竜田揚げ					油		
	副菜	しょうがあえ			にんじん	キャベツ もやし きゅうり しょうが				しょうゆ
	他	牛乳	豚肉		にんじん	大根 長ねぎ ごぼう	さといも しらす			しょうゆ 塩 混合だし こしょう

※加工食品には★マークをつけています。また、マヨネーズは卵抜きのもの（ノンエッグマヨネーズ）を使用しています。

※ベーコン、ハム、ウィンナー、フランクフルトは乳・卵抜きのものを使用しています。

※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。

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	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 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			
15 (水)	主食	ソフトメン					ソフトメン			おかし
	主菜	五目うどん汁	鶏肉		にんじん 小松菜	たまねぎ 長ねぎ ごぼう	砂糖		しょうゆ 塩 混合だし	
	副菜	スパイシーポテト					じゃがいも	油	塩 こしょう チリパウダー パプリカ粉 カレー粉	
		酢しょうゆあえ			にんじん	キャベツ きゅうり もやし	砂糖	ごま油	酢 しょうゆ	
	他	牛乳		牛乳						
16 (木)	主食	ごはん					ごはん			アップルパイ
	主菜	ホイコーロー	豚肉 みそ		ピーマン にんじん	キャベツ にんにく	砂糖 でん粉	油	しょうゆ チキンガラスープ 甜麺醤	
	副菜	にらのナムル	★糸かまぼこ		にら にんじん	もやし にんにく		ごま油	しょうゆ	
		わかめスープ	豆腐	わかめ	小松菜 にんじん	長ねぎ 大根		ごま	チキンガラスープ 塩 こしょう 野菜ブイヨン しょうゆ	
	他	牛乳		牛乳						
17 (金)	主食	ごはん		カルシウムいっぱい 献立			ごはん			あずきクリーム ケーキ
	主菜	豆腐の中華煮	豆腐 豚肉 みそ		チンゲン菜 にんじん	たまねぎ ししいたけ ごぼう	砂糖 でん粉	油 ごま油	塩 酒 しょうゆ チキンガラスープ	
	副菜	五色あえ	ハム ★いり玉子		ほうれん草 にんじん	はくさい	砂糖	油	しょうゆ 酢	
	他	牛乳		牛乳						
18 (土)	主食	黒パン					黒パン			青りんご風ゼ リー
	主菜	ボークコロッケ	★ボークコロッケ					油		
	副菜	にんじんとささみのサラダ	鶏肉		にんじん	きゅうり レモン キャベツ	砂糖	油	酢 塩 こしょう	
		キャベツとベーコンのスープ	ベーコン		にんじん ほうれん草	たまねぎ キャベツ			塩 こしょう しょうゆ 野菜ブイヨン	
	他	牛乳		牛乳						
24 (水)	主食	ごはん					ごはん			さつまいもチッ プス
	主菜	親子煮	鶏肉 卵		にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも しらす 砂糖	油	しょうゆ みりん	
	副菜	ごま昆布あえ		塩こんぶ	ほうれん草 にんじん	キャベツ	砂糖	ごま油 ごま	しょうゆ 酢	
	他	牛乳		牛乳						
25 (金)	主食	茨城県産小麦パン		お月見献立			茨城県産小麦パン			グレープゼリー
	主菜	グチャップ肉団子 (直径2個・先生3個)	★グチャップ肉団子							
	副菜	野菜ソテー	ウインナー		ほうれん草	キャベツ たまねぎ		油	野菜ブイヨン 塩 こしょう	
		さつまいもポタージュ	白いんげん豆	牛乳	パセリ	たまねぎ マッシュルーム	さつまいも 米粉	豆乳バター	塩 こしょう 野菜ブイヨン	
	他	お月見ゼリー					★お月見ゼリー			
	牛乳		牛乳							
28 (月)	主食	ごはん					ごはん			みそ蒸しパン
	主菜	鶏肉のレモンソースがけ	鶏肉			レモン	でん粉 砂糖	油	酒 しょうゆ	
	副菜	洋風切干大根サラダ			にんじん 小松菜	切干し大根 キャベツ にんにく しょうが 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	
		マセドアンスープ	ウインナー		にんじん	はくさい セロリー たまねぎ	じゃがいも		野菜ブイヨン 塩 こしょう	
	他	牛乳		牛乳						
29 (火)	主食	ソフトメン					ソフトメン			おかし
	主菜	わかめうどん汁	豚肉 油揚げ	わかめ	にんじん ほうれん草	たまねぎ 長ねぎ しいたけ	砂糖		混合だし しょうゆ 塩	
	副菜	手作りかきあげ	大豆		にんじん	たまねぎ	さつまいも 小麦粉	油		
		からしあえ			小松菜	キャベツ とうもろこし			からし粉 しょうゆ	
	他	牛乳		牛乳						
30 (水)	主食	ごはん					ごはん			フルーチェ (いちご)
	主菜	さばの塩焼き	★さばの塩焼き							
	副菜	きんぴらごぼう	★さつまあげ		にんじん	ごぼう ししいたけ	こんにゃく 砂糖	ごま油 ごま	しょうゆ みりん	
		豚汁	豚肉 豆腐 みそ		にんじん	大根 長ねぎ	じゃがいも	油	混合だし	
	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・きゅうり・チンゲン菜・なす・にらです。
ひめ丸くんメニューの茨城町産の食材は、米・キャベツ・にんじん・長ねぎ・大根・たまねぎ・きゅうり・にらです。
茨城県産の食材は、ソフトメン・牛乳・豚肉です。



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