



8・9月 学校給食献立表

令和8年度

中間市立中学校

日	曜	献立		主 食 品						エネルギー (kcal)	
				主に体の組織をつくるもの		主に身体の調子を整えるもの		主にエネルギーになるもの			
		主 食	牛乳	副 食	1群 (魚、肉、卵、 豆・豆製品)	2群 (牛乳、小魚、 海藻)	3群 (緑黄色野菜)	4群 (その他の野菜、果物)	5群 (穀物、いも類、 砂糖)	6群 (油脂類)	
8月27	木	麦ご飯	牛乳	ボークカレー フルーツ&ゼリー	豚肉	牛乳 ヨーグルト チーズ	人参	玉ねぎ にんにく 生姜 りんご レーズン みかん バイン もも	米 麦 じゃが芋 小麦粉 ゼリー	油 マーガリン	819
28	金	ご飯	牛乳	ビビンバ 豚肉と豆腐のスープ	卵 牛肉 豚肉 豆腐	牛乳	人参 ほうれん草 ねぎ	玉ねぎ にんにく 生姜 りんご 玉ねぎ えのき茸 白ねぎ	米 砂糖 でん粉	油 ごま油	706
31	月	ご飯	牛乳	マーボー豆腐 ハンサンスー	牛肉 豚肉 豆腐 みそ ハム	牛乳	ねぎ 人参	玉ねぎ にんにく 生姜 白ねぎ きゅうり	米 砂糖 でん粉 春雨	油 ごま油	796
9月1	火	パインパン	牛乳	夏野菜のペンネ 根菜とナッツのサラダ	ウィンナー ハム	牛乳 チーズ	トマト ピーマン 人参	なす 玉ねぎ コーン にんにく れんこん ごぼう きゅうり	パインパン ペンネ	オリーブオイル アーモンド ノンエッグマヨネーズ	765
2	水	ご飯	牛乳	あじの南蛮漬け 春雨汁 納豆	鰯 かまぼこ 豆腐 納豆	牛乳	人参 ピーマン ねぎ	玉ねぎ 椎茸	米 小麦粉 でん粉 砂糖 春雨	油	806
3	木	背割の コッペパン	牛乳	チリコンカン ミルファンティ	豚肉 大豆 卵 ベーコン	牛乳 チーズ	人参 パセリ	玉ねぎ にんにく	パン 小麦粉 砂糖 パン粉 じゃが芋	油	758
4	金	麦ご飯	牛乳	スタミナ丼 わかめスープ	豚肉 豆腐	牛乳 わかめ	人参 ピーマン ねぎ	玉ねぎ えのき茸 生姜 白ねぎ	米 麦 ごま油 ごま	油	726
7	月	カレーピラフ	牛乳	ホキのフライ ミネストローネ	鶏肉 ホキ ベーコン 白いんげん豆	牛乳	人参 トマト パセリ	玉ねぎ 枝豆 キャベツ セロリ にんにく	米 パン粉 マカロニ 小麦粉 砂糖	油 マーガリン	735
8	火	背割の コッペパン	牛乳	焼きそば いりこのアーモンドがらめ 冷凍みかん	豚肉 天ぷら かつお節	牛乳 いりこ	人参 ねぎ	キャベツ 玉ねぎ もやし みかん	パン 中華麺 黒糖	油 アーモンド	770
9	水	麦ご飯	牛乳	鶏飯 ちくわの磯辺揚げ 酢の物	鶏肉 ちくわ	牛乳 わかめ 青のり しらす干し	ねぎ	生姜 椎茸 山川漬け キャベツ きゅうり 切り干し大根	米 麦 砂糖 小麦粉 でん粉	油	761
10	木	食パン 黒豆きなこクリーム	牛乳	鶏肉のパプリカ焼き ラタトゥーユ コンソメスープ	鶏肉 ベーコン ウィンナー	牛乳 チーズ	トマト ピーマン 人参 パセリ	玉ねぎ スッキーニ なす にんにく キャベツ	パン 小麦粉 砂糖 じゃが芋	黒豆きなこクリーム オリーブオイル	721
11	金	そばろご飯	牛乳	小松菜の炒め物 肉団子のスープ	鶏肉 卵 豚肉	牛乳	小松菜 人参 ねぎ	生姜 もやし 玉ねぎ キャベツ 椎茸 白ねぎ	米 砂糖 春雨 でん粉	油 ごま油	722
14	月	ご飯	牛乳	ルーロー飯（台湾式豚肉丼） ルオボタン（大根のスープ） フルーツあんぱん風プリン	豚肉 豆腐	牛乳	チンゲン菜 人参 ねぎ	玉ねぎ だけのこ にんにく 生姜 大根 レタス 白ねぎ	米 砂糖 でん粉	油 あんぱん風プリン	813
15	火	ミルク コッペパン	牛乳	ハンバーグのトマトソースかけ キャベツとコーンのソテー じゃが芋のクリームスープ	豚肉 鶏肉 ベーコン	牛乳 生クリーム	トマト パセリ	玉ねぎ にんにく キャベツ コーン	ミルクパン 砂糖 じゃが芋 小麦粉	マーガリン 油	819
16	水	ご飯	牛乳	さばの塩焼き ひじきの炒め煮 かきたま汁	鯖 豚肉 油揚げ 卵 豆腐	牛乳 ひじき わかめ	人参 いんげん ねぎ	えのき茸	米 砂糖 でん粉 こんにゃく	油	777
17	木	食パン チョコ大豆クリーム	牛乳	インド風スパゲティ ツナサラダ	豚肉 ツナ	牛乳 チーズ	人参 ピーマン	生姜 玉ねぎ キャベツ コーン	パン スパゲティ 砂糖	チョコ大豆クリーム 油 オリーブオイル	769
18	金	ご飯	牛乳	チキン南蛮（一食ノンエッグタルタルソース） ゆでキャベツ かぼちゃのみそ汁	鶏肉 油揚げ みそ	牛乳	かぼちゃ ねぎ	キャベツ 玉ねぎ えのき茸	米 小麦粉 でん粉 砂糖	油 ノンエッグタルタルソース	783
24	木	麦ご飯	牛乳	夏野菜のカレー フルーツ合わせ	牛肉	牛乳 ヨーグルト チーズ	かぼちゃ トマト ピーマン	玉ねぎ なす にんにく 生姜 りんご レーズン みかん バイン もも	米 麦 小麦粉	油 マーガリン	771
25	金	ご飯 十五夜	牛乳	マーボーなす ワタンスープ お月見ゼリー	豚肉 みそ 鶏肉	牛乳	チンゲン菜 人参	なす 玉ねぎ にんにく 生姜 白ねぎ 椎茸	米 砂糖 でん粉 ワンタン ゼリー	油 ごま油	728
28	月	ご飯	牛乳	さんまのみぞれ煮 野菜のごま和え あさりのみそ汁	さんま あさり 豆腐 油揚げ みそ	牛乳 わかめ	人参 ねぎ	大根 キャベツ もやし えのき茸	米 砂糖	ごま ねりごま	718
29	火	キャロットパン	牛乳	鶏肉とカシューナッツの揚げ煮 冬瓜のスープ 梨	鶏肉 豚肉	牛乳	ピーマン 人参 ねぎ	生姜 冬瓜 えのき茸 白ねぎ 梨	キャロットパン でん粉 砂糖	油 カシューナッツ	807
30	水	わかめご飯	牛乳	きつねうどん 五目豆	油揚げ 鶏肉 豚肉 大豆	牛乳 わかめ	ねぎ 人参 いんげん	椎茸 ごぼう	米 砂糖 うどん こんにゃく	油	742

☆ 天候または食材の都合、学校行事の変更、施設設備の都合により、献立の一部が変更になることがあります。ご了承ください。



9月は、台湾

9月の「世界のはてまで行って給食」は、「台湾」です。お楽しみに♪

○ルーローはん

台湾の代表的な家庭料理で、甘辛く煮込んだ豚肉をご飯にかけた料理です。

○ルオボタン

やわらかく煮込んだ大根が入った、さっぱりとしたスープです。

○あんぱん (フルーツあんぱん風プリン)

杏仁(あんぱん)とは、果物のアズキの種の中にある「仁(さね)」を取り出して乾燥させたものです。台湾では飲み物やデザートによく使われます。

