

令和7年度

8・9月分学校給食予定献立表

中学校

藤枝市立西部学校給食センター

日 曜 日	献立名	アレルギー	使 わ れ て い る 食 品 と お も な 働 き				エネ ル ギ ー (kcal) たんぱく 質(g)	ワンポイント
			体を作る食品 (赤色)	体の調子を整える食品 (緑色)	エネルギーの もとになる食品 (黄色)	調味料		
8/27 (水)	ご飯				こめ			
	牛乳	乳	ぎゅうにゅう				747	
	さばのみそ煮	大豆 さば	さば みそ		さとう でんぷん			
	小松菜としめじの レモン酢	小麦 大豆		こまつな しめじ レモン果汁		しょうゆ みりん 和風だし 酒	38.2	
28 (木)	かきたま汁	卵 鶏肉 さば 小麦 大豆	たまご とりにく かまぼこ	たまねぎ ほうれんそう にんじん	でんぷん	しょうゆ かつおの素 塩		
	ご飯				こめ			
	牛乳	乳	ぎゅうにゅう				786	
	チキンカレー	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉 りんご	とりにく チーズ	たまねぎ にんじん セロリ にんにく	じゃがいも しょうぶつゆ	カレールウ チキンブイヨン ソース アップルソース クチャップ チャツネ コンソメの素 こしょう		
29 (金)	大豆と煮干しの揚げ煮	小麦 大豆 ごま	だいず かたくりわし		しょうぶつゆ でんぷん さとう ごま	しょうゆ みりん	28.0	
	キャベツサラダ	小麦 大豆		キャベツ こまつな とうもろこし	さとう しょうぶつゆ	しょうゆ 酢		
	ご飯				こめ			
	牛乳	乳	ぎゅうにゅう				758	
9/1 (月)	キャベツ入りつくね	豚肉 鶏肉 小麦 大豆	とりにく かつおぶし	キャベツ しょうが	しょうぶつゆ 豚脂 でんぷん さとう	塩 しょうゆ みりん		
	ごぼうサラダ (ごまドレッシング)	小麦 大豆 ごま ドレ (ごま)		ごぼう えだまめ にんじん	さとう ごま ごまドレッシング	酒 しょうゆ みりん	22.0	
	春雨スープ	豚肉 大豆 小麦 鶏肉	プレスハム	チンゲンサイ にんじん しょうが ほししいだけ	はるさめ	しょうゆ コンソメの素 酒 塩 こしょう		
	マーガリンパン	小麦 乳			パン マーガリン			
2 (火)	牛乳	乳	ぎゅうにゅう					
	トマトボークチャップ	豚肉 鶏肉 大豆	ふたにく	たまねぎ エリンギ ビーマン トマト缶 にんにく	しょうぶつゆ でんぷん さとう	クチャップ ソース 塩 スープストック こしょう	788	
	マカロニサラダ (マヨネーズドレッシング)	小麦 ドレ (大豆)		キャベツ きゅうり とうもろこし	マカロニ マヨネーズドレッシング		31.6	
	野菜スープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	プレスハム	たまねぎ にんじん もやし はくさい ほうれんそう		チキンブイヨン しょうゆ コンソメの素 塩 こしょう		
3 (水)	ご飯				こめ			
	牛乳	乳	ぎゅうにゅう				751	
	あじの南蛮漬け	小麦 大豆	あじ	ねぶかねぎ	しょうぶつゆ さとう でんぷん	しょうゆ 酢 みりん 一味とうがらし		
	浅漬け	大豆 ごま		キャベツ きゅうり たくあん	ごま	塩	32.9	
4 (木)	けんちん汁	大豆 鶏肉 ごま さば 小麦	とうふ とりにく あぶらあげ	だいこん こまつな にんじん	さといも ごまあぶら	しょうゆ かつおの素 塩		
	ご飯				こめ			
	牛乳	乳	ぎゅうにゅう				763	
	鶏そぼろ	小麦 卵 大豆 鶏肉	とりにく たまご	えだまめ しょうが	さとう しょうぶつゆ	しょうゆ 酒		鶏そぼろを ご飯にのせ て食べま しょう。
5 (金)	即席漬け	小麦 大豆	塩こんぶ	キャベツ きゅうり			30.3	
	すまし汁	小麦 さば 大豆	とうふ かまぼこ	だいこん ほうれんそう にんじん えのきたけ		しょうゆ かつおの素 塩		
	ソフトめん	小麦			めん			
	牛乳	乳	ぎゅうにゅう				836	
6 (土)	鶏肉とトマトのソース	鶏肉 大豆 乳 小麦 豚肉	とりにく みそ チーズ	たまねぎ にんじん グリンピース	さとう しょうぶつゆ	クチャップ ソース トマトピューレ こしょう ポタージュベース ハヤシルウ スープストック 塩		
	コーンフライ	小麦 大豆		とうもろこし	しょうぶつゆ こむぎこ さとう パンこ	塩	30.3	
	ゆで野菜 (和風ドレッシング)			キャベツ きゅうり	わふうドレッシング			
	ご飯				こめ			
7 (日)	牛乳	乳	ぎゅうにゅう				752	
	豚肉のしょうが炒め	小麦 大豆 豚肉	ふたにく	たまねぎ チンゲンサイ しょうが にんにく	さとう しょうぶつゆ でんぷん	酒 しょうゆ		藤枝小学校 のリクエスト 献立です。
	ナムル	小麦 ごま 大豆		ほうれんそう もやし にんじん	ごま ごまあぶら	しょうゆ	31.9	
	さつまいものみそ汁	大豆 さば	とうふ みそ あぶらあげ	だいこん はねぎ	さつまいも	かつおの素		
8 (月)	背割りパン	小麦 乳			パン			
	牛乳	乳	ぎゅうにゅう				758	
	フランクフルト	豚肉	フランクフルト		しょうぶつゆ さとう	クチャップ ソース ワイン		藤枝小学校 のリクエスト 献立です。
	きのこのスパゲッティ	豚肉 小麦 鶏肉	ベーコン	たまねぎ エリンギ しめじ マッシュルーム	スパゲッティ しょうぶつゆ	コンソメの素 塩 こしょう	34.8	
9 (火)	鶏肉と野菜のスープ	鶏肉 豚肉	とりにく	たけのこ にんじん キャベツ チンゲンサイ ねぶかねぎ		チキンブイヨン 塩 コンソメの素 こしょう		
	ご飯				こめ			
	牛乳	乳	ぎゅうにゅう				784	
	メンチカツ	豚肉 鶏肉 小麦 大豆	ふたにく とりにく	たまねぎ	しょうぶつゆ パンこ さとう でんぷん こめこ こむぎこ	塩		藤枝小学校 のリクエスト 献立です。
10 (水)	野菜のアーモンドあえ	アーモンド		キャベツ こまつな	アーモンド	塩	25.2	
	ワンタンスープ	鶏肉 小麦 大豆 豚肉	ふたにく	たまねぎ にんじん はねぎ しょうが	ワンタンのかわ	チキンブイヨン しょうゆ コンソメの素 酒 塩		
	ご飯				こめ			
	牛乳	乳	ぎゅうにゅう				783	
11 (木)	いわしの梅煮	小麦 大豆	いわし かつおぶし	うめ	さとう みずあめ でんぷん	しょうゆ 梅酢		敬老の日に ちなんだ長 寿食の献立 です。
	五目煮豆	小麦 大豆 鶏肉	だいず とりにく ちくわ こんぶ	にんじん ごぼう さやいんげん	さとう しょうぶつゆ	しょうゆ 和風だし	33.3	
	実だくさん汁	豚肉 大豆 さば	ふたにく とうふ あぶらあげ みそ	こんにゃく にんじん しめじ はねぎ	さといも	かつおの素		
	ご飯				こめ			

○藤枝市では、国のアレルギー表示基準に基づき、下記の食品を『アレルギー』欄に記載します。

えび かに くるみ 小麦 そば 卵 乳 落花生 アーモンド あわび いか いくら オレンジ カシューナッツ キウイフルーツ 牛肉
ごま さけ さば 大豆 鶏肉 パナナ 豚肉 マカダミアナッツ もも やまいも りんご ゼラチン

※材料購入の都合などにより献立を変更することがあります。

令和7年度

8・9月分学校給食予定献立表

中学校

藤枝市立西部学校給食センター

日曜日	献立名	アレルギー	使 わ れ て い る 食 品 と お も な 働 き				エネルギー (kcal) たんぱく 質(g)	ワンポイント
			体を作る食品 (赤色)	体の調子を整える食品 (緑色)	エネルギーの もとになる食品 (黄色)	調味料		
11 (木)	黒糖パン	小麦 乳			パン こくとう		743	藤枝小学校 のリクエスト 献立です。
	牛乳	乳	ぎゅうにゅう					
	白身魚の ハーベキューソースかけ	小麦 大豆 りんこ	すけそうたら	レモン果汁 にんにく	しょうぶつゆ さとう でんぶん	アップルソース しょうゆ	34.6	
	枝豆の塩ゆで	大豆		えだまめ		塩		
	野菜と肉団子のスープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	にくだんご	キャベツ たまねぎ にんじん ねぶかねぎ ほししいだけ しょうが		チキンブイヨン しょうゆ 酒 スープストック 塩 こしょう		
12 (金)	フローズンヨーグルト	乳	ヨーグルト				768	
	ご飯				こめ			
	牛乳	乳	ぎゅうにゅう				27.4	
	厚焼きたまご	卵 小麦 大豆	たまご		さとう しょうぶつゆ でんぶん	酢 みりん かつおだし しょうゆ 塩		
	野菜のごま酢あえ	小麦 大豆 ごま		キャベツ きゅうり	さとう ごま	酢 しょうゆ 塩		
16 (火)	関東煮	小麦 大豆 豚肉	ぶたにく さつまあげ こんぶ	だいこん こんにゃく にんじん	じゃがいも さとう	しょうゆ 酒 和風だし	809	藤枝小学校 のリクエスト 献立です。
	ご飯				こめ			
	牛乳	乳	ぎゅうにゅう				32.8	
	竹輪の磯辺揚げ	小麦	ちくわ あおのり		こむぎこ しょうぶつゆ でんぶん			
	金平ごぼう	豚肉 小麦 大豆 ごま	ぶたにく あぶらあげ	ごぼう こんにゃく にんじん さやいんげん	さとう ごま こまあぶら しょうぶつゆ	しょうゆ みりん 一味とうがらし		
17 (水)	みそ汁	鶏肉 大豆 さば	とりにく とうふ みそ	だいこん こまつな にんじん しめじ		かつおの素	749	
	ご飯				こめ			
	牛乳	乳	ぎゅうにゅう				29.7	
	焼きししゃも		ししゃも		しょうぶつゆ			
	もやしと小松菜のあえ物	ごま 小麦 大豆	のり	もやし こまつな にんじん	さとう ごま	しょうゆ 酢 和風だし		
18 (木)	肉じゃが	豚肉 大豆 小麦	ぶたにく なまあげ	たまねぎ こんにゃく にんじん グリーンピース	じゃがいも さとう しょうぶつゆ	しょうゆ みりん 和風だし	751	
	中華めん	小麦			めん			
	牛乳	乳	ぎゅうにゅう				28.1	
	しょうゆラーメンスープ	豚肉 鶏肉 小麦 大豆	ぶたにく わかめ	にんじん チンゲンサイ とうもろこし ねぶかねぎ メンマ		しょうゆラーメンの素 酒 チキンブイヨン 塩		
	春巻き	豚肉 大豆 小麦	ぶたにく	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが ほししいだけ	しょうぶつゆ こむぎこ さとう はるさめ でんぶん こめこ	しょうゆ 塩		
19 (金)	もやしの中華あえ	小麦 大豆 ごま		もやし きゅうり にんじん	さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢 塩 一味とうがらし	766	岡部中学校 のリクエスト 献立です。
	ご飯				こめ			
	牛乳	乳	ぎゅうにゅう				30.5	
	チキンナゲット	鶏肉 小麦 豚肉 大豆	とりにく	にんにく	しょうぶつゆ パンこ こむぎこ 豚脂	しょうゆ 塩 こしょう		
	莴わかめサラダ (ナムルドレッシング)	ドレ (小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま)	くきわかめ	きゅうり キャベツ とうもろこし はくさい ねぶかねぎ にんじん しめじ はくさいキムチ しょうが にんにく	ナムルドレッシング			
22 (月)	キムチ鍋スープ	豚肉 鶏肉 大豆 りんこ さば	ぶたにく とうふ				758	レバーには 鉄分が多く 含まれていま す。
	玄米パン	小麦 乳			パン げんまい			
	牛乳	乳	ぎゅうにゅう				37.0	
	若鶏とレバーの チリソースあえ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 りんこ	とりにく とりレバー	たまねぎ しょうが にんにく	でんぶん しょうぶつゆ さとう	クチャップ チリソース スープストック		
	ビーフソテー	豚肉 鶏肉 小麦 大豆	プレスハム	キャベツ もやし ビーマン	ビーフン しょうぶつゆ	コンソメの素 しょうゆ 塩 こしょう		
24 (水)	豚肉と筍の 具だくさんスープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ぶたにく わかめ	たけのこ だいこん ほうれんそう にんじん		チキンブイヨン しょうゆ コンソメの素 塩 こしょう	788	ドライカ レーをご飯 にのせて食 べましょ う。
	ご飯				こめ			
	牛乳	乳	ぎゅうにゅう				25.6	
	ドライカレー	乳 小麦 大豆 豚肉 鶏肉	ぶたにく とりにく チーズ	たまねぎ にんじん ほしぶどう しょうが にんにく	こむぎこ しょうぶつゆ	オールスパイス ワイン 塩 カレー粉 しょうゆ ソース		
	さつまいもサラダ (マヨネーズドレッシング)	ドレ (大豆)		きゅうり にんじん	さつまいも マヨネーズドレッシング			
25 (木)	キャベツとベーコンの スープ	豚肉 鶏肉 小麦 大豆	ベーコン	たまねぎ キャベツ ほうれんそう えのきたけ		チキンブイヨン しょうゆ コンソメの素 塩 こしょう	752	
	ロールパン	小麦 乳			パン			
	牛乳	乳	ぎゅうにゅう				32.7	
	ツナオムレツ	卵 小麦 大豆	たまご ツナ かつお		しょうぶつゆ さとう でんぶん	酢 塩 しょうゆ		
	野菜ソテー	鶏肉 豚肉	プレスハム	キャベツ チンゲンサイ とうもろこし にんじん	しょうぶつゆ	コンソメの素 塩 こしょう		
26 (金)	きのこニョッキの クリーム煮	鶏肉 乳 小麦 豚肉 大豆	とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん しめじ マッシュルーム パセリ	ニョッキ しょうぶつゆ なまクリーム	ベシャメルソース チキンブイヨン スープストック こしょう 塩	748	夏が旬のな すを使った 献立です。
	ご飯				こめ			
	牛乳	乳	ぎゅうにゅう				30.7	
	ボーク焼売	豚肉 鶏肉 大豆 小麦	ぶたにく とりにく たら	たまねぎ	こむぎこ でんぶん さとう	しょうゆ 塩		
	きゅうりのひだひた	小麦 大豆 ごま	かつおぶし	きゅうり	さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢 一味とうがらし		
29 (月)	マーボーなす	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	とうふ ぶたにく とりにく みそ	なす たまねぎ たけのこ にんじん はねぎ ほししいだけ しょうが にんにく	さとう でんぶん しょうぶつゆ	しょうゆ スープストック 塩 トウバンジャン	794	かぼちゃを 使ってポ タージュを 作りまし た。
	ロールパン	小麦 乳			パン			
	牛乳	乳	ぎゅうにゅう				30.8	
	ハンバーグ オニオンソース	鶏肉 豚肉 小麦 大豆	とりにく ぶたにく	たまねぎ しょうが にんにく トマト	しょうぶつゆ さとう でんぶん	塩 しょうゆ みりん		
	カラフルサラダ (イタリアンドレッシング)			キャベツ きゅうり パプリカ	イタリアンドレッシング	チキンブイヨン こしょう ベシャメルソース 塩 コンソメの素		
30 (火)	パンフキンポタージュ	乳 豚肉 鶏肉 小麦 大豆	ぎゅうにゅう	かぼちゃ たまねぎ にんじん パセリ	なまクリーム しょうぶつゆ		760	岡部中学校 の授業作成 献立です。
	ご飯				こめ			
	牛乳	乳	ぎゅうにゅう				31.9	
	さんまの塩焼き		さんま		しょうぶつゆ	塩		
	藤枝あえ			キャベツ きゅうり しそ		塩		
豚汁	さば 大豆 豚肉	ぶたにく とうふ みそ あぶらあげ わかめ	たまねぎ だいこん にんじん		かつおの素			