

令和8年度

8・9月分学校給食献立表

中学校

藤枝市立北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		
26 (水)	ごはん 牛乳	乳	ぎゅうにゅう		こめ		762	
	メンチカツ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ぶたにく とりにく	たまねぎ	パンこ でんぷん こむぎこ さとう しょうぶつゆ こめこ	塩		
	キャベツサラダ	小麦 大豆		こまつな キャベツ とうもろこし	さとう しょうぶつゆ	しょうゆ 酢	23.0	
	春雨スープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ベーコン	チンゲンサイ にんじん ほししいたけ しょうが	はるさめ	しょうゆ コンソメの素 酒 塩 こしょう		
27 (木)	ごはん 牛乳	乳	ぎゅうにゅう		こめ		751	かつおそぼろをご飯にのせて食べましょう。
	かつおそぼろ	小麦 卵 大豆	かつおなまりぶし たまご	グリーンピース しょうが	さとう しょうぶつゆ	しょうゆ 酒 塩		
	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	35.1	
	けんちん汁	小麦 さば 大豆 鶏肉	とうふ とりにく あぶらあげ	だいこん にんじん はねぎ	さといも	しょうゆ かつおの素 塩		
28 (金)	ロールパン 牛乳	小麦 乳			パン		782	
	フィッシュナゲット	小麦 大豆 豚肉	あじ たい たら グチ ハタ	たまねぎ	でんぷん こむぎこ さとう しょうぶつゆ	しょうゆ 塩 ポークエキス		
	野菜ソテー	鶏肉 豚肉	ベーコン	チンゲンサイ キャベツ にんじん とうもろこし	しょうぶつゆ	コンソメの素 塩 こしょう	31.2	
	ニョッキのクリーム煮	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉	ぎゅうにゅう とりにく	たまねぎ にんじん しめじ パセリ	ニョッキ なまクリーム しょうぶつゆ	ベシャメルソース 塩 こしょう チキンブイヨン スープストック		
31 (月)	ごはん 牛乳	乳	ぎゅうにゅう		こめ		763	
	黒はんぺんの磯辺揚げ	小麦 さば	くろはんぺん あおのり		こむぎこ でんぷん しょうぶつゆ			
	即席漬け	小麦 大豆	塩こんぶ	キャベツ きゅうり にんじん			26.8	
	肉じゃが	小麦 大豆 豚肉	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		
1 (火)	背割りパン 牛乳	小麦 乳			パン		752	フランクフルトをパンにはさんで食べましょう。
	フランクフルト	豚肉	フランクフルト		さとう しょうぶつゆ	ケチャップ ソース ワイン		
	きのこスパゲッティ	小麦 鶏肉 豚肉	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	34.7	
	鶏肉と野菜のスープ	鶏肉 豚肉	とりにく	チンゲンサイ たけのこ にんじん ねぶかねぎ		チキンブイヨン コンソメの素 塩 こしょう		
2 (水)	ごはん 牛乳	乳	ぎゅうにゅう		こめ		775	
	ポークしゅうまい	小麦 豚肉	ぶたにく	たまねぎ しょうが	パンこ こむぎこ でんぷん さとう	塩		
	ハンサンスー	小麦 大豆 こま		もやし きゅうり にんじん	はるさめ さとう こま ごまあぶら	しょうゆ 酢 塩	29.5	
	マーボーなす	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	とうふ ぶたにく みそ	なす たまねぎ たけのこ にんじん ほししいたけ はねぎ しょうが にんにく	さとう でんぷん 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		
3 (木)	ごはん 牛乳	乳	ぎゅうにゅう		こめ		761	
	さばの竜田揚げ	小麦 さば 大豆	さば		でんぷん しょうぶつゆ	しょうゆ みりん		
	ごまあえ	小麦 大豆 こま		キャベツ こまつな にんじん	ごま さとう	しょうゆ	28.0	
	三つ葉のすまし汁	小麦 さば 大豆	とうふ かまぼこ	にんじん みつば ほししいたけ		しょうゆ かつおの素 塩		
4 (金)	冷凍みかん			みかん				
	玄米パン 牛乳	小麦 乳			パン げんまい		790	
	肉団子の甘酢あんかけ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ぶたにく とりにく	たまねぎ	パンこ さとう しょうぶつゆ でんぷん	しょうゆ 酢 塩		
	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		32.8	
7 (月)	ごはん 牛乳	乳	ぎゅうにゅう		こめ		781	秋が旬のさつまいもをカレーに入れました。 
	さつまいもカレー	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 セロリー グリーンピース にんにく	さつまいも しょうぶつゆ	カレールー チキンブイヨン ソース ケチャップ チャツネ コンソメの素 こしょう		
	大豆と煮干しの揚げ煮	小麦 大豆 こま	だいず かたくりわし		でんぷん さとう しょうぶつゆ こま	しょうゆ みりん	27.8	
	海藻サラダ (青じそドレッシング)		わかめ くわわかめ こんぶ とさかのり ぶのり	きゅうり キャベツ とうもろこし		青じそドレッシング		
8 (火)	ごはん 牛乳	乳	ぎゅうにゅう		こめ		732	
	ビビンバ	小麦 大豆 豚肉	ぶたにく	こまつな もやし ほししいたけ にんにく	さとう しょうぶつゆ でんぷん	しょうゆ 酒 みりん トウバンジャン		
	きゅうりのひだひだ	小麦 大豆 こま	かつおぶし	きゅうり	さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢	33.2	
	わかめスープ	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉	ベーコン わかめ	キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ はねぎ		チキンブイヨン スープストック しょうゆ 塩 こしょう		
9 (水)	フローズヨーグルト	乳	ヨーグルト					
	ソフトめん 牛乳	小麦 乳	ぎゅうにゅう		めん		765	
	鶏肉とトマトのソース	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉	とりにく チーズ みそ	たまねぎ にんじん グリンピース	さとう しょうぶつゆ	ケチャップ トマトピューレ ソース ポタージュベース パヤシルー スープストック 塩 こしょう		
	プレーンオムレツ	卵 大豆	たまご		さとう だいずあぶら	塩 酢	31.5	
ゆで野菜 (和風ドレッシング)				キャベツ きゅうり とうもろこし	和風ドレッシング			

○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8年度

8・9月分学校給食献立表

中学校

藤枝市立北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		
(木)	ごはん 牛乳	乳	ぎゅうにゅう		こめ		766	敬老の日に ちなんだ長 寿食の献立 です。 
	いわしの生姜煮	小麦 大豆	いわし	しょうが	さとう 水あめ	しょうゆ 酢		
	五目煮豆	小麦 大豆 鶏肉	だいず とりにく ちくわ	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	35.0	
	実だくさん汁	さば 大豆 豚肉	とうふ ぶたにく みそ あぶらあげ	こんにゃく だいこん にんじん はねぎ	さといも	かつおの素		
(金)	ロールパン 牛乳	小麦 乳	ぎゅうにゅう		パン		739	かぼちゃを 使ってポ タージュを 作りまし た。 
	タラのポテトフライ		すけそうだら		じゃがいも でんぷん しょうぶつゆ	塩 こしょう		
	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		27.5	
	パンプキンポタージュ	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉	ぎゅうにゅう	たまねぎ かぼちゃ にんじん バセリ	なまクリーム しょうぶつゆ	ベシャメルソース チキンブイヨン コンソメの素 塩 こしょう		
(月)	ごはん 牛乳	乳	ぎゅうにゅう		こめ		758	9月25日 の十五夜に ちなんだ献 立です。 
	あじの南蛮漬け	小麦 大豆	あじ	ねぶかねぎ	でんぷん さとう しょうぶつゆ	しょうゆ 酢 みりん 一味とうがらし		
	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		
	月菜汁	小麦 卵 さば 大豆	うすらのたまご かまぼこ	だいこん にんじん ほうれんそう	さといも	しょうゆ かつおの素 塩	28.6	
(火)	お月見ゼリー		かんてん	みかん果汁 レモン果汁	さとう 水あめ			
	ごはん 牛乳	乳	ぎゅうにゅう		こめ		782	
	さんまの塩焼き		さんま		しょうぶつゆ	塩		
	浅漬け	大豆 ごま		キャベツ きゅうり たくあん	ごま	塩	33.2	
(水)	豚肉とこんにゃくの生姜煮	小麦 大豆 豚肉	ぶたにく さつまあげ	こんにゃく たまねぎ にんじん だけのこ さやいんげん しょうが	さとう しょうぶつゆ	しょうゆ みりん 和風だし		
	マーガリンパン 牛乳	小麦 乳	ぎゅうにゅう		パン マーガリン		757	
	トマトポークチャップ	大豆 鶏肉 豚肉	ぶたにく	たまねぎ トマト缶 エリンギ ピーマン にんにく	でんぷん しょうぶつゆ さとう	ケチャップ ソース 塩 スーフストック こしょう		
	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 きゅうり	さとう ごま ごまドレッシング	酒 みりん しょうゆ	32.6	
(木)	キャベツとベーコン のスープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま	ベーコン	キャベツ もやし にんじん ほうれんそう		チキンブイヨン しょうゆ 中華スープ 塩 こしょう		
	ごはん 牛乳	乳	ぎゅうにゅう		ごはん		758	
	ソースかつ	小麦 大豆 豚肉	ぶたにく		パンこ しょうぶつゆ さとう でんぷん	ソース 酒 ケチャップ 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	29.8	
(金)	かきたま汁	小麦 卵 さば 大豆 鶏肉	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		
	ごはん 牛乳	乳	ぎゅうにゅう		こめ		756	
	照り焼きハンバーグ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	とりにく ぶたにく	たまねぎ トマト にんにく しょうが	さとう しょうぶつゆ でんぷん	しょうゆ みりん 塩		
	枝豆の塩ゆで	大豆		えだまめ		塩	31.7	
(木)	みそ汁	さば 大豆 鶏肉	とうふ とりにく みそ	こんにゃく だいこん にんじん しめじ はねぎ		かつおの素		
	ごはん 牛乳	乳	ぎゅうにゅう		こめ		756	
	厚焼きたまご	小麦 卵 大豆	たまご		さとう しょうぶつゆ でんぷん	酢 みりん かつおだし しょうゆ		
	ひじきの炒め煮	小麦 大豆 鶏肉	とりにく あぶらあげ ひじき	にんじん さやいんげん	さとう しょうぶつゆ	しょうゆ みりん 和風だし	28.7	
(金)	いも団子汁	さば 大豆 豚肉	ぶたにく みそ	にんじん だいこん こまつな しめじ しょうが	じゃがいもだんご	かつおの素		
	中華めん 牛乳	小麦 乳	ぎゅうにゅう		めん		750	
	しょうゆラーメンスープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ぶたにく なんと わかめ	チンゲンサイ にんじん メンマ とうもろこし		しょうゆラーメンスープの素 チキンブイヨン 酒 塩		
	春巻き	小麦 大豆 豚肉	ぶたにく	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが ほししいたけ	しょうぶつゆ こむぎこ はるさめ こめこ でんぷん さとう	しょうゆ 塩	28.5	
(月)	もやしと小松菜のあえ物	小麦 大豆 ごま	のり	もやし こまつな にんじん	ごま さとう	しょうゆ 酢 和風だし		
	ごはん 牛乳	乳	ぎゅうにゅう		こめ		772	
	焼き餃子	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ぶたにく とりにく	キャベツ たまねぎ にら しょうが	こむぎこ でんぷん さとう しょうぶつゆ	しょうゆ 塩		
	藤枝あえ			キャベツ きゅうり しそ		塩	27.3	
(火)	豚汁	さば 大豆 豚肉	とうふ ぶたにく あぶらあげ みそ	たまねぎ こんにゃく はねぎ	じゃがいも	かつおの素		
	ごはん 牛乳	乳	ぎゅうにゅう		こめ		772	
	ドライカレー	小麦 乳 大豆 豚肉	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん レーズン しょうが にんにく	こむぎこ しょうぶつゆ	ソース ワイン しょうゆ カレーこ 塩 オールスパイス		
	さつま芋サラダ (マヨネーズドレッシング)	ドレ (大豆)		きゅうり にんじん	さつま芋 マヨネーズドレッシング		25.1	
(水)	野菜スープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ベーコン	たまねぎ キャベツ ほうれんそう もやし		チキンブイヨン しょうゆ コンソメの素 塩 こしょう		
	黒糖パン 牛乳	小麦 乳	ぎゅうにゅう		パン こくとう		741	
	鶏肉とレバーのチリソースあえ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 りんご	とりにく とりレバー	たまねぎ しょうが にんにく	でんぷん しょうぶつゆ さとう	ケチャップ チリソース スーフストック		
	もやしの中華あえ	小麦 大豆 ごま		もやし きゅうり	さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢 塩	31.7	
(水)	ワンタンスープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ベーコン	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		