



9月 献立表(予定)



2025年

給食回数 19回

(中学校)

甘楽町学校給食センター TEL・FAX 74-5072

日 曜	献立名			1群	2群	3群	4群	5群	6群	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	家で食べてほしい食品	
	主食	飲物	おかず	たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミン	炭水化物	脂質			
				おもに体をつくるものになる食品		おもに体の調子を整えるものになる食品		おもにエネルギーのものになる食品				
2 火	麦ご飯	牛乳	チキンカレー 海藻サラダ ●ヨーグルト	鶏肉	牛乳 わかめ 海藻 ヨーグルト	★ かぼちゃ にんじん	キャベツ きゅうり 玉ねぎ りんご しょうが	米 麦 ★じゃが芋	油	795 26.9	果物	
3 水	ゆかりご飯(減)	牛乳	竹輪の磯辺揚げ 2本 荳わかめのきんぴら おっさりこみ アセロラゼリー	竹輪 豚肉 さつま揚げ 鶏肉 油揚げ	牛乳 青のり 荳わかめ	にんじん	ごぼう こんにゃく ねぎ しんじゆ しめじ しそ	米 麵 小麦粉 砂糖 ゼリー	油 ごま油 ごま	886 34.9	レバー	
4 木	背割り コッペパン	牛乳	スラッピージョー ハニーマスタードサラダ コンソメスープ	豚肉 大豆 ベーコン	牛乳 粉チーズ	にんじん	玉ねぎ キャベツ きゅうり コーン	パン 砂糖 はちみつ じゃが芋 パン粉	油 バター	755 34.2	魚介類	
5 金	味の旅 ～大韓民国～ ご飯	牛乳	ヤンニャムチキン 韓国ナムル トックスープ	鶏肉	牛乳	にんじん つるむらさき 小松菜 にら	にんにく オクラ 玉ねぎ もやし 干しいたけ りんご	米 砂糖 片栗粉 トック	油 ごま油 ごま ドレッシング	840 35.6	豆類	
8 月	ツイストパン	牛乳	白身魚フライ(タラ) ジャーマンポテト(2色) トマトと玉子のスープ	タラ 鶏肉 ベーコン 卵	牛乳 粉チーズ	トマト パセリ	玉ねぎ キャベツ にんにく	パン パン粉 小麦粉 砂糖 じゃが芋 片栗粉	油 バター	795 37.8	野菜	
9 火	麦ご飯	牛乳	ショーロンポー 春雨サラダ 夏野菜マーボー	豚肉 大豆 豆腐	牛乳	にんじん かぼちゃ にら	きゅうり もやし コーン 玉ねぎ ねぎ 豆 しょうが にんにく キャベツ たけのこ 干しいたけ	米 麦 小麦粉 砂糖 マロニー 片栗粉	油 ごま油 ごま	913 29.8	いも類	
10 水	鶏めし	牛乳	豆腐ハンバーグきのこソース きゅうりとキャベツの浅漬け 田舎汁 カレーパリッシュ	豆腐 鶏肉 厚揚げ	牛乳 カタクチイワシ	にんじん	しょうが キャベツ 玉ねぎ 大根 玉ねぎ しんじゆ えのき マッシュルーム	米 麦 砂糖 片栗粉 ★じゃが芋	油	844 38.0	卵	
11 木	肉うどん (パックうどん)	牛乳	大豆ポテト つるむらさきのツナマヨ和え チーズ	大豆 ツナ 豚肉 油揚げ	牛乳 青のり チーズ	にんじん つるむらさき	きゅうり キャベツ 豆 玉ねぎ ねぎ	うどん 砂糖 じゃが芋 片栗粉	油 ごま油 ノンエッグマヨ ネーズ	927 39.6	果物	
12 金	ご飯	牛乳	鯖の塩焼き 梅おかか和え かぼちゃと厚揚げのそぼろ煮	サバ 鶏肉 厚揚げ	牛乳 かつお節	かぼちゃ にんじん グリーンピース	もやし きゅうり 玉ねぎ しんじゆ しょうが	米 砂糖 片栗粉	油 ごま	788 39.4	海藻	
15 月	敬老の日											
16 火	おはなし給食 麦ご飯	ヨーグルト	♥きこのハヤシライス チーズサラダ 梨	豚肉	飲むヨーグルト チーズ	赤ピーマン にんじん トマト	キャベツ きゅうり しょうが にんにく 玉ねぎ エリンギ しめじ りんご マッシュルーム 梨	米 麦 じゃが芋	油 ドレッシング	754 27.7	豆類	
17 水	ご飯(減)	牛乳	サンマの蒲焼き コーンの磯煮 なめこ汁 桜餅	サンマ 鶏肉 豆腐 油揚げ 小豆	牛乳 ひじき	にんじん	コーン たけのこ なめこ ねぎ 大根 こんにゃく	米 砂糖 片栗粉 もち米	油 ごま	940 33.6	豚肉	
18 木	ココアパン	牛乳	イカナゲット 3個 こんにゃくサラダ なすとトマトのペンネ	イカ たら 豚肉 大豆	牛乳 粉チーズ	にんじん トマト	キャベツ きゅうり こんにゃく しめじ 玉ねぎ 豆 にんにく	パン 小麦粉 ペンネ	ドレッシング オリーブオイル	757 34.8	きのこと類	
19 金	中学校 リクエスト献立 キムタクご飯	牛乳	かぼちゃひき肉フライ ひじきのピリッとサラダ 玉子スープ レモカスタード タルト	豚肉 鶏肉 卵 高野豆腐	牛乳 わかめ ひじき	にんじん かぼちゃ にら	しょうが 大根 白菜 りんご にんにく きゅうり キャベツ 玉ねぎ ねぎ レモン	米 砂糖 パン粉 片栗粉 小麦粉	油 ごま ごま油 マーガリン ラー油	868 29.7	雑実類	
22 月	コッペパン 大豆チョコクリーム	牛乳	オムレツケチャップソースかけ ♥かぼちゃシチュー フルーツゼリー和え	卵 ベーコン 大豆	牛乳	★ かぼちゃ にんじん	玉ねぎ もも パイン	パン 砂糖 ★じゃが芋 小麦粉 ゼリー	バター	901 28.8	豚肉	
23 火	秋分の日											
24 水	わかめご飯	牛乳	赤魚のねぎ味噌焼き 切り干し大根のごまネーズ和え 厚揚げと冬瓜のカレー煮	アカウオ 豚肉 厚揚げ	牛乳 わかめ	にんじん いんげん	切り干し大根 ねぎ 冬瓜 玉ねぎ もやし きゅうり	米 砂糖	油 ごま ノンエッグマヨ ネーズ	750 34.6	野菜	
25 木	みそラーメン (パック中華麺)	牛乳	春巻 バンバンジーサラダ オレンジ	鶏肉 豚肉	牛乳	にんじん にら	きゅうり もやし コーン オレンジ キャベツ たけのこ 玉ねぎ ねぎ	中華麵 小麦粉 春雨	油 ごま ドレッシング	786 34.0	魚介類	
26 金	運動会 応援献立 ご飯	牛乳	チキンソースカツ 骨太サラダ 野菜豚汁 日向夏ゼリー	鶏肉 豆腐 豚肉	牛乳 チーズ しらす	小松菜 トマト かぼちゃ	きゅうり キャベツ 豆 冬瓜 こんにゃく	米 砂糖 パン粉 ゼリー 小麦粉 ★じゃが芋	油 ごま油	922 34.0	レバー	
29 月	丸パン	牛乳	手作りハンバーグデミソースかけ コーンサラダ ミネストローネ	鶏肉 豚肉 ベーコン 豆乳	牛乳	にんじん トマト	玉ねぎ キャベツ きゅうり コーン にんにく	パン パン粉 砂糖 マカロニ ★じゃが芋	油 ドレッシング	767 35.0	緑黄色野菜	
30 火	味の旅 ～ミクロナシア連邦～ ご飯	牛乳	ミクロナシアン・チキン ポテトサラダ ティノラ(青パパイアのスープ)	鶏肉 ハム 白いんげん豆	牛乳	小松菜 にんじん	レモン 玉ねぎ にんにく 枝豆 コーン にんにく しょうが 青パパイア	米 砂糖 じゃが芋	油 ノンエッグマヨ ネーズ	752 32.4	小魚	

* 材料購入の関係で、献立を変更する場合があります。
♥印は、ハッピーにんじんの日 ●印は、業者配送品

★印の食品は、甘楽・富岡で作られた食材です。★印太字：有機野菜を表示
9月中旬ごろより町内産米へ切り替わる予定です。



献立表、給食だより、給食センターの取組みなどは給食センターのホームページにてのっています。ぜひ検索してみてください！



中学校月平均	
エネルギー	828kcal
たんぱく質	33.7g
脂質	26.3g
塩分	2.9g