



令和7年 9月 分 献 立 表 (Cコース・中学校)

行田市立学校給食センター「ひまわり」

日 曜	主 食	牛乳	お か ず	熱や力になる食品(さいろ)	血や肉になる食品(あか)	体の調子を整える食品(みどり)	エネルギー	たん白質			
2火	ごはん		★にくじゃが とりつくね(2) ★プロカリサラダ	ごはん さとう・じゃがいも	牛乳 ぶたにく・さつまあげ とりつくね(鶏・小麦・大豆・ごま)	にんじん・たまねぎ・こんにゃく・いんげん ブロッコリー・カリフラワー	711	28.4			
3水	こどもパン		★トマたまスープ ◎★てづくりハムカツ ★おやまめこまめサラダ	こどもパン(小麦・大豆)・ブルーベリージャム でんぶん こむぎこ・パンこ・油 ノンエッグドレッシング(大豆)・ごま	牛乳 ベーコン(豚)・たまご ハム(豚) だいず	にんじん・たまねぎ・キャベツ・トマト にんじん・えだまめ(大豆)・カリフラワー・キャベツ	830	32.7			
4木	発芽玄米入りごはん		★あいしょう汁 いわしのおろしに ◎★くきわかめのきんぴら	発芽玄米入りごはん 油・じゃがいも 油・さとう	牛乳 ベーコン(豚)・とうふ・牛乳・みそ いわしのおろしに(小麦・大豆) とりにく・だいず・油あげ・くきわかめ	にんじん・たまねぎ・こまつな にんじん	811	33.1			
太田中 5金 リクエスト 献立	ちゅうかめん		★ちゃんぽんめんの汁 ★とりにくのしおこうじやき ★ココアあげパン	ちゅうかめん(小麦) ごま油・でんぶん 油 油・とうふブレッド(小麦・大豆) ミルクマークココア(大豆)	コーヒーミルク(乳) ぶたにく・なると・いか とりにく	しょうが・にんにく・にんじん・たまねぎ・キャベツ	807	40.6			
8月	ごはん		★あさりのみそ汁 ◎☆やさしいりきつまあげ ★三色そばろ	ごはん さとう	牛乳 あさり・とうふ・にぼしこ・みそ やさしいりきつまあげ(大豆) ぶたにく・いりたまご(大豆)	だいこん・ほうれんそう・ねぎ しょうが・えだまめ(大豆)	723	32.7			
職場 体験生 9火 考案献立	ごはん		★ハヤシライス ☆バリツォーネ(ホワイトソース) ★ごまドレッシング和え	ごはん 油・じゃがいも・ハヤシルウ(小麦)・ カレーウ バリツォーネ(小麦・大豆)・油 さとう・油・ごま	牛乳 ぶたにく・ミルクカルシウム(乳)	にんじん・たまねぎ こまつな・キャベツ・コーン	893	23.0			
10水	ごはん		★とんじる ハンバーグわふうたれ★ ★はるさめサラダ	ごはん 油・じゃがいも さとう・でんぶん はるさめ・ごま油・さとう	牛乳 ぶたにく・とうふ・油あげ・みそ・ にぼしこ ハンバーグ(豚・鶏・大豆)	にんじん・だいこん・ごぼう・ながねぎ しょうが きゅうり・にんじん	856	32.1			
11木	はちみつパン		★アルファベットスープ ★ウィンナーフライ(2) ★いんげんソテー	はちみつパン(小麦・大豆) マカロニ(小麦) こむぎこ・パンこ・油 油・バター(乳)	牛乳 とりにく フランク(豚)	にんじん・たまねぎ・キャベツ・ピーマン にんじん・たまねぎ・コーン・いんげん	764	26.9			
12金	発芽玄米入りごはん		★かきたま汁 ボラのさいきょうやき ◎★ごぼうサラダ	発芽玄米入りごはん 油・でんぶん 油 ごま・ノンエッグドレッシング(大豆)	牛乳 とりにく・なると・たまご ボラのさいきょうづけ(大豆)	にんじん・しいたけ・ほうれんそう ごぼう・にんじん・きゅうり	780	32.5			
16火	ごはん		★トックスープ ◎★ヤンニョムチキン(2) ★チャプチェ	ごはん でんぶん・ごま油・トック でんぶん・こめこ・油・ごま油・さとう・ごま 油・はるさめ・さとう・ごま油・ごま・ でんぶん	牛乳 とりにく・(大豆) ぶたにく	たまねぎ・にんじん・しいたけ・たけのこ・ニラ・ながねぎ にんにく にんにく・にんじん・たまねぎ・しいたけ・ピーマン	805	31.9			
17水	わかめごはん		★さわにわん あじのてりやき ★ごま和え	わかめごはん でんぶん ごま・さとう	牛乳 ぶたにく・かまぼこ あじのてりやきづけ(小麦・大豆・ごま)	にんじん・ごぼう・だいこん・しいたけ・たけのこ にんじん・キャベツ・もやし	664	30.4			
18木	もち麦入りごはん		★スーラータン えびしゅうまい(2) ★ごもくチャーハンの具	もち麦入りごはん でんぶん・ごま油 ごま油	牛乳 とりにく・とうふ・たまご・(大豆) えびしゅうまい(小麦・大豆・豚・えび) ハム(豚)	にんじん・たけのこ・しいたけ・チンゲンサイ にんにく・にんじん・ながねぎ・コーン	704	28.3			
19金	地粉うどん		★なめこおろしうどんの汁 ★あおのりポテトビーンズ ◎かいそうミックスサラダ	地粉うどん(小麦) でんぶん・油・じゃがいも たまねぎドレッシング(小麦・大豆・りんご)	牛乳 とりにく・かまぼこ だいず・あおのり わかめ・くきわかめ・つのまた・ こんぶ・ふのり	にんじん・だいこん・なめこ・ほうれんそう きゅうり・キャベツ	775	32.3			
22月	ごはん		★いなかじり とうふナゲット(2) ☆★油ふどんの具	ごはん 油・油ふ(小麦・大豆)・さとう・ でんぶん	牛乳 あつあげ・にぼしこ・みそ とうふナゲット(小麦・大豆・豚) とりにく・たまご	だいこん・ごぼう・にんじん・こまつな にんじん・たまねぎ・しいたけ	743	27.7			
24水	発芽玄米入りごはん		★はるさめスープ さけのみそメンチ ★ポテトサラダ	発芽玄米入りごはん はるさめ・ごま油 油 じゃがいも・ノンエッグドレッシング(大豆)	牛乳 とりにく さけのみそメンチ(小麦・大豆・乳・卵)	にんじん・しいたけ・チンゲンサイ・ながねぎ にんじん・グリーンピース・コーン	768	21.4			
25木	バターロール		★ツナとトマトのスープパスタ ☆★ポテトのこうそうチーズやき フルーツカクテル	バターロール(小麦・乳・大豆) スパゲティ(小麦)・オリーブ油 じゃがいも・(小麦)	ジョア・プレーン(乳) ツナ(大豆)・こなチーズ(乳) チーズ・(大豆)	にんにく・にんじん・たまねぎ・マッシュルーム・トマト エリンギ・パセリ パイン・おうとう・なし・こんにゃくダイス(乳)・ マスカットゼリー(りんご)	796	28.6			
26金	発芽玄米入りごはん		★こまつなと油あげのみそ汁 とうふハンバーグわふうたれ★ ☆★あきのみかくごはんの具	発芽玄米入りごはん さとう・でんぶん 油・さとう	牛乳 みそ・油あげ・とうふ・にぼしこ とうふハンバーグ(大豆・豚・鶏) とりにく・油あげ	だいこん・こまつな しょうが にんじん・いんげん・しめじ・くり	782	31.6			
職場 体験生 29月 考案献立	ごはん		★きのこカレー ◎★とりにくのからあげ(2) ★おひたし	ごはん 油・じゃがいも・カレールウ でんぶん・こめこ・油 さとう	牛乳 ぶたにく・ミルクカルシウム(乳) とりにく	にんにく・にんじん・たまねぎ・しめじ・エリンギ・えのきたけ しょうが ほうれんそう・キャベツ・にんじん	792	31.8			
30火	もち麦入りごはん		★すいぎょうスープ フーヨーハイあまずあんかけ★ ★なまあげのいためもの	もち麦入りごはん はるさめ さとう・でんぶん 油・ごま油・でんぶん	牛乳 かまぼこ・ぎょうざ(小麦・豚・大豆・ごま) フーヨーハイ(卵・小麦・大豆) あつあげ	にんじん・たけのこ・こまつな たまねぎ・にんじん・ピーマン	746	25.1			
19回	* ☆・・・新しいメニュー、★・・・手作りメニュー、◎・・・かみかみメニュー、🍴・・・はスプーンを持参しましょう。 * 使用している油は、なたね油のキャノーラ油です。 * コンタミネーションについてご心配な方はお問い合わせください。 * 食器についたあえものなどの野菜は、ゴムべらでよく落としてください。 * 材料入荷の都合による献立変更はご了承ください。 * 不明な点がありましたら給食センター(電話 048-553-1114)へお問い合わせください。						リクエスト給食 ・ちゅうかめん ・コーヒーミルク ・ちゃんぽんめんの汁 ・鶏肉の塩こうじ焼き ・ココア揚げパン	今月は太田中学校のみなさんが考えてくれました。	基準値 塩分基準値(g) 塩分平均値(g)	kcal 830 2.5 3.5	g 34.2