

※ 毎日牛乳が付きます。



令和8年(2026年) 9月 学 校 給 食 予 定 献 立 表



高野町学校給食センター

日	曜日	献立名	使用する食品				アレルギー表示対象品目 【特定原材料】 えび・かに・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)		
			赤のグループ	緑のグループ	黄のグループ	調味料他		小学校	中学校	
			おもにからだをつくる もとになるもの	おもにからだのちょうしを ととのえるもとになるもの	おもにエネルギーの もとになるもの					
1	火	なつやさいカレー			おぎごはん			660	804	
					あぶら	カレールウ,ケチャップ,ソース,コンソメ,カレーこ	小麦	21.7	25.5	
		ひじきとえだまめのサラダ	ぶたにく,ぎゅうにく	たまねぎ,かぼちゃ,なす,にんじん,ピーマン,トマト,にんにく,しょうが	さとう,ごま,ごまあぶら	しょうゆ,みりん,す,さけ	乳・卵・小麦	19.9	23.2	
2	水	ごはん			ごはん			616	743	
		しろみざかなのうめずだれ	メルルーサ		かたくりこ,あぶら,さとう	しょうゆ,うめず,さけ	小麦	28.2	34.3	
		おかかあえ	かつおぶし	キャベツ,ほうれんそう,にんじん	しょうゆ	さとう	小麦	16.5	19.1	
		とうにゅうスープ	ぶたにく,とうにゅう,みそ	たまねぎ,にんじん,こんにゃく	じゃがいも	しょうゆ,かつおだし	小麦			
3	木	げんりょうごはん			ごはん			600	733	
		ひやしちゅうか(めん,たれ)			ちゅうかめん	ひやしちゅうかのたれ	小麦			
		(ぐ)	ハム	きゅうり,もやし,コーン,にんじん,しいたけ		みりん,しょうゆ	乳・卵・小麦	24.4	29.4	
		ピーマンとぶたにくいため	ぶたにく	ピーマン,たまねぎ,いんげん	あぶら	オイスターソース,さけ,しょうゆ,しお,こしょう	小麦	14.0	15.7	
4	金	だいずいりにくそぼろどん			おぎごはん			666	806	
		ツナサラダ	ぶたにく,とりにく,だいず	たまねぎ,にんじん,いんげん,しょうが	さとう	しょうゆ,さけ,みりん	小麦	28.3	34.7	
		オレンジ	ツナ	キャベツ,きゅうり,コーン,レモンかじゅう	あぶら,さとう	す,しお,こしょう		20.9	24.6	
				オレンジ						
7	月	ごはん			ごはん			633	771	
		マグロのわふうマリネ	マグロ	しょうが	こおぎこ,かたくりこ,あぶら,さとう	しょうゆ,さけ,す	小麦	31.0	37.9	
		もやしとキャベツのサラダ		キャベツ,もやし,きゅうり,にんじん	さとう,ごま,ごまあぶら	しょうゆ,す	小麦			
		かきたまじる	たまご,とうふ	たまねぎ,えのき,にんじん,ねぎ	かたくりこ	かつおだし,こんぶだし,しょうゆ	卵・小麦	18.4	21.8	
8	火	ごはん			ごはん			688	851	
		ハンバーグ	ハンバーグ			ケチャップ,ソース,ワイン	小麦	23.0	27.7	
		ムッシュのリヨンふうポテト	ベーコン	たまねぎ,にんにく,パセリ,タイム	じゃがいも,オリーブオイル,バター	しお,こしょう	乳・卵	25.8	31.6	
		やさいスープ		たまねぎ,キャベツ,もやし,いんげん		しょうゆ,コンソメ,しお,こしょう	小麦			
9	水	ごはん			ごはん			633	775	
		マーボーどうふ	どうふ,ぶたにく,みそ	たけのこ,にんじん,ねぎ,にら,しいたけ,にんにく,しょうが	さとう,かたくりこ,あぶら,ごまあぶら	さけ,しょうゆ,ちゅうかスープ,トウバンジャン	小麦	24.8	29.8	
		ちゅうかサラダ	ハム	キャベツ,きゅうり,コーン	はるさめ,ごま,さとう,ごまあぶら	しょうゆ,す	乳・卵・小麦	19.6	23.4	
		なし		なし						
10	木	ごはん			ごはん			663	811	
		かぼちゃのにくじゃがふう	ぶたにく,あぶらあげ	かぼちゃ,たまねぎ,しらたき,いんげん,にんじん	あぶら,さとう	かつおだし,しょうゆ,さけ,みりん	小麦	27.7	33.5	
		しゃきしゃきうめこんぶあえ	かまぼこ,しおこんぶ,かつおぶし	きゅうり,にんじん,きりぼしだいこん	さとう	うめびしお,しょうゆ	小麦			
		カリカリじゃこ	かえりじゃこ		あぶら,さとう,ごま	しょうゆ,さけ	小麦	18.3	21.6	
11	金	ごはん			ごはん			664	813	
		とりにくのレモンソース	とりにく	レモンかじゅう	かたくりこ,あぶら,さとう	しょうゆ,さけ,しお	小麦	28.4	34.7	
		ごまあえ		キャベツ,ほうれんそう	ごま,さとう	しょうゆ	小麦	23.1	27.4	
		なすのみそしる	あぶらあげ,みそ	なす,たまねぎ,にんじん,えのき,ねぎ		かつおだし				
14	月	ごはん			ごはん			604	726	
		さわらのトマトみそだれ	さわら,みそ	トマト	さとう			29.4	34.9	
		にんじんしりしり	ツナ	にんじん,もやし,レモンかじゅう	さとう,ごまあぶら	しょうゆ	小麦			
		けんちんじる	どうふ,あぶらあげ	だいこん,ごぼう,にんじん,こんにゃく,ねぎ	さといも,さとう,あぶら	しょうゆ,さけ,しお,かつおだし,こんぶだし		17.9	20.5	
15	火	ごはん			ごはん			619	736	
		やしきしゃも	ししゃも					29.7	34.2	
		しそひじきあえ	しそひじき	キャベツ,きゅうり			小麦	18.1	20.3	
		かんとうに	とりにく,あつあげ,ひらてん,ちくわ	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,さけ,みりん,かつおだし,こんぶだし	小麦			
16	水	ぶたとじどん			おぎごはん			632	752	
		かいそうサラダ	たまご,ぶたにく,かまぼこ	たまねぎ,にんじん,しいたけ,ねぎ	さとう	かつおだし,しょうゆ,みりん	卵・小麦	26.1	31.4	
		てづくりくろかんてん	わかめ,かいそうミックス	きゅうり	くろざとう,くずこ,さとう	あおじそドレッシング	小麦	15.7	17.6	
17	木	コッペパン			コッペパン			729	907	
		スパゲッティミートソース	ぎゅうにく,ぶたにく,こなチーズ	たまねぎ,にんじん,セロリー,トマト,マッシュルーム,しょうが,にんにく,パセリ	スパゲッティー,オリーブオイル	ケチャップ,デミグラスソース,ソース,コンソメ,しお,こしょう	小麦・乳	26.9	32.9	
		ごぼうサラダ	ハム	キャベツ,ごぼう,ほうれんそう	ごま,あぶら,さとう	しょうゆ,す,しお,こしょう	乳・卵・小麦	22.6	27.0	
18	金	ごはん			ごはん			684	858	
		はっばうさい	ぶたにく,うずらたまご,いか,えび	はくさい,たまねぎ,もやし,にんじん,たけのこ,ピーマン,しょうが,しいたけ	さとう,ごまあぶら,あぶら,かたくりこ	しょうゆ,さけ,ちゅうかスープ,しお,こしょう	卵・えび・小麦	29.4	36.6	
		あげシュウマイ	シュウマイ		あぶら		小麦	22.3	28.0	
		きゅうりとこんにゃくのあえもの		きゅうり,こんにゃく,にんじん	さとう,ごま,ごまあぶら	しょうゆ,す	小麦			
24	木	ごはん			ごはん			646	788	
		グリルチキンパーベキューソース	とりにく	たまねぎ,りんご,にんにく		しょうゆ,ケチャップ,さけ,みそ	小麦	27.1	32.9	
		あっさりポテトサラダ	ハム	コーン,きゅうり,にんじん	じゃがいも,あぶら,さとう	す,しお,こしょう	乳・卵	22.2	26.7	
		きのこスープ	とうふ	たまねぎ,こまつな,えのき,しめじ,まいたけ		コンソメ,しょうゆ,しお,こしょう	小麦			
25	金	ぎゅうにくとごぼうのおすし	ぎゅうにく	ごぼう,にんじん,えだまめ,しょうが	ごはん,さとう,ごま,あぶら	す,しお,しょうゆ,さけ	小麦	682	813	
		チーズはんぺんフライ	チーズはんぺんフライ		あぶら		乳・小麦	23.5	27.2	
		さといものみそしる	あぶらあげ,みそ	にんじん,えのき,ねぎ	さといも	かつおだし		25.2	27.9	
28	月	ごはん			ごはん			625	747	
		あじのピリからソース	あじ	ねぎ,しょうが,にんにく	かたくりこ,あぶら,さとう,ごまあぶら	しょうゆ,さけ,トウバンジャン	小麦	28.4	33.3	
		オクラのおかかあえ	かつおぶし	オクラ,ほうれんそう	さとう	しょうゆ	小麦	19.3	21.8	
		あつあげのみそしる	あつあげ,みそ	たまねぎ,キャベツ,にんじん,ねぎ		かつおだし				
29	火	チキンライス	とりにく	たまねぎ,にんじん,コーン,マッシュルーム,グリーンピース	ごはん,あぶら	トマトジュース,ケチャップ,しお,こしょう		645	800	
		ムッシュのクリームスープ	ベーコン,ぎゅうにゅう,なまクリーム	キャベツ,たまねぎ,トウキ,にんにく	じゃがいも,オリーブオイル,バター	コンソメ,カレーこ,しお,こしょう	乳・卵	22.1	26.7	
		フルーツゼリー		みかん,パイナップル		ゼリーのもと		20.5	24.4	
30	水	ごはん			ごはん			627	761	
		ホキのマヨネーズやき	ホキ	たまねぎ,コーン,パセリ		マヨネーズ,みそ,しお,こしょう	卵・小麦	25.3	30.7	
		ナムル		もやし,ほうれんそう	ごま,さとう,ごまあぶら	しょうゆ	小麦			
		とうがんとはるさめのスープ	ぶたにく	とうがん,たまねぎ,にんじん,しいたけ	はるさめ	しょうゆ,ちゅうかスープ,とりガラスープ,しお,こしょう	小麦	21.5	25.5	

※ おはしは毎日持ってきてください。
※ 材料等の都合により献立内容を変更することがあります。
※ 食物アレルギー等で対応が必要な場合は、毎日献立表を確認してください。

