

令和7年度 給食予定献立表

山口国学校給食センター

※天候等の理由で、食材を予告なく変更する場合があります。  
※生の果物は下線、加熱処理された果物は普通文字で記載しています。  
★牛乳は毎日つきます。2群の「主に体をつくるもとになる食品(赤)」です★



日	曜	献立名 <small>こんだて めい 献立名</small>	主  な  材  料 <small>おも  かいだ  さい  りょう 主に体をつくるもとになる(赤)  主に体の調子を整えるもとになる(緑)  主にエネルギーのもとになる(黄)</small>						栄養価	
			主に体をつくるもとになる(赤)		主に体の調子を整えるもとになる(緑)		主にエネルギーのもとになる(黄)		エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	
			1群 <small>ぐん</small>	2群 <small>ぐん</small>	3群 <small>ぐん</small>	4群 <small>ぐん</small>	5群 <small>ぐん</small>	6群 <small>ぐん</small>	小学校	中学校
2	月	コッペパン					パン		699 26.3	854 31.4
		クリームスパゲティ	ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ	たまねぎ マッシュルーム	スパゲティ	あぶら シチュールウ		
		チキンとやさいのサラダ	とりにく			キャベツ きゅうり		たまごめ 卵抜きマヨネーズ		
3 ＊	火	むぎごはん					こめ むぎ		674 28.9	784 33.5
		くじらひとくちかつ	くじら			たまねぎ しょうが	パンこ さとう でんぷん	あぶら		
		まめツナあえ	だいず まぐろみずに		こまつな	きゅうり		たまごめ 卵抜きマヨネーズ		
		みそしる	とうふ あぶらあげ みそ	わかめ	ねぎ	キャベツ たまねぎ	じゃがいも			
4	水	ごはん					こめ		618 24.5	713 27.8
		ぶたにくのしょうがいため	ぶたにく		にんじん さやいんげん	たまねぎ しょうが	さとう	ごま あぶら		
		おじゃがもちじる	とうふ あぶらあげ みそ		にんじん ねぎ	たまねぎ だいこん	じゃがいも			
5 ＊	木	コッペパン					パン		686 28.4	828 33.2
		はなっこりーとれんこんのサラダ	まぐろみずに		はなっこりー	れんこん		たまごめ 卵抜きマヨネーズ ごま		
		ぽかぽかしチュー	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん ブロッコリー	たまねぎ とうもろこし	じゃがいも	あぶら シチュールウ		
		ヨーグルト		ヨーグルト						
6	金	ごはん					こめ		678 26.4	783 30.3
		ごぼうとツナのマヨあえ	まぐろみずに		にんじん	ごぼう きゅうり	さとう	たまごめ 卵抜きマヨネーズ ごま		
		おやこに	とりにく たまご ちくわ		にんじん さやいんげん	たまねぎ ほししいたけ	じゃがいも さとう	あぶら		
9 ＊	月	ごはん					こめ		642 21.2	767 24.8
		コロッケ	ぶたにく			たまねぎ	じゃがいも パンこ こむぎこ さとう	あぶら		
		そくせきづけ		くきわかめ		キャベツ きゅうり	さとう	ごま		
		いしかりなべ	さけ みそ		にんじん	だいこん はくさい しろねぎ しょうが	じゃがいも			
10	火	いなりずし <small>しょう ちゅう 小2- 中3-</small>	あぶらあげ				こめ さとう	あぶら ごま	536 25.3	662 29.9
		いそかあえ		のり	にんじん こまつな	もやし		ごま		
		ごもくうどん	とりにく あぶらあげ		にんじん ねぎ	だいこん はくさい	うどん			
12	木	コッペパン					パン		582 23.3	712 27.6
		ミートソース	ぶたにく だいずミート		にんじん	たまねぎ しょうが にんにく	さとう	あぶら		
		ラビオリスープ	ベーコン		にんじん こまつな	たまねぎ	じゃがいも			
		ラビオリ	ぶたにく			たまねぎ	こむぎこ パンこ			
13	金	むぎごはん					こめ むぎ		642 21.0	745 23.8
		チキンカレー	とりにく		にんじん	たまねぎ にんにく グリーンピース	じゃがいも	カレールウ あぶら		
		フルーツミックス				みかん もも パイン				
		みかんゼリー				みかん	さとう			
16	月	コッペパン					コッペパン		672 26.7	833 31.9
		さけチーズフライ	さけ	チーズ			パンこ こむぎこ でんぷん	あぶら		
		ブロッコリーのサラダ	ロースハム		ブロッコリー	キャベツ とうもろこし		たまごめ 卵抜きマヨネーズ ごま		
		コンソメスープ	ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも			
17 ＊	火	わかめごはん		わかめ			こめ		627 22.8	772 26.6
		ぶたにくとさつまいものあまずいため	ぶたにく		にんじん	れんこん	さつまいも さとう	あぶら ごま		
		ぐだくさんみそしる	とうふ あぶらあげ みそ		にんじん ねぎ	だいこん たまねぎ	さといも			
		みかん				みかん				

献立は裏に続きます

