

令和8年7月分予定献立表



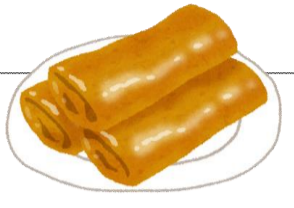
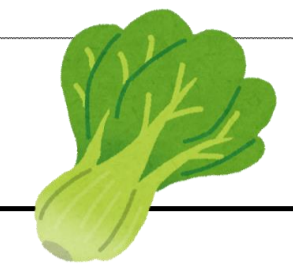
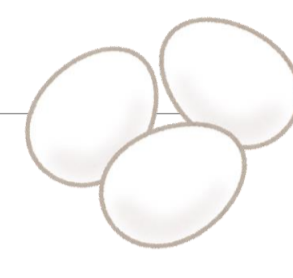
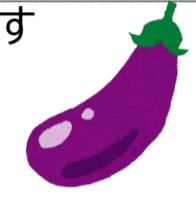


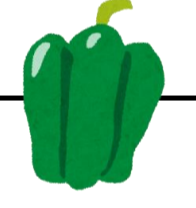
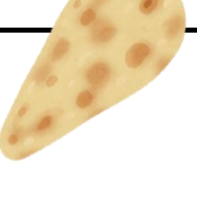
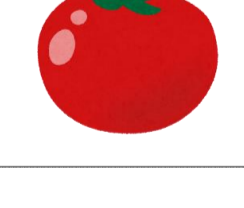

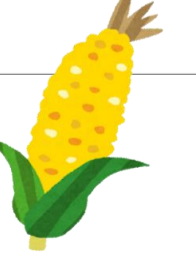
都城市山之口学校給食センター

※牛乳(赤の仲間)は毎日つきます。
 ※食材入荷の都合により、献立及び食材を変更することがあります。
 ※加工品は枠の中に原材料及びアレルギー表示を記載しています。

《よく使用する食品のアレルギー表示》

淡口(しょうゆ)	濃口(しょうゆ)	麦みそ	赤みそ	チキンスープ	ウスターソース	デミグラスソース
塩・砂糖・脱脂大豆・小麦・甘味料(小麦・大豆)	脱脂大豆・小麦・塩・砂糖・甘味料(小麦・大豆)	大豆・小麦・食塩・水あめ・酒精・甘味料(大豆)	大豆・小麦・食塩・酒精(大豆)	鶏肉(鶏肉)	たまねぎ・トマト・大豆・砂糖・酢・食塩・香辛料・カラメル色素(なし)	小麦粉・ラード・トマトペースト・たまねぎ・大豆油・チキンエキス・にんじん・砂糖・でんぷん・食塩・香辛料・酵母エキス(小麦・鶏肉)
トマトソース	ケチャップ	原材 アレルギー表示	こしょう	洋風ストック	コンソメ	中華だし
トマト・たまねぎ・パプリカ・大豆油・砂糖・にんにく・塩・香辛料(大豆)	トマト・砂糖・果糖ぶどう糖液糖・醸造酢・食塩・たまねぎ・香辛料(なし)	塩・砂糖・酵母エキス・トマトエキス・オニオンパウダー・ガーリック・香味食用油・香辛料(なし)	黒こしょう・小麦粉(大豆)	塩・砂糖・豚脂・コーンスターチ・でん粉・大豆・ゼラチン・酵母エキス・トマトエキス・かつおエキス・香辛料(大豆・豚肉・ゼラチン)	食塩・デキストリン・麦芽糖・チキンエキス・ぶどう糖・酵母エキス・たん白加水分解物・鶏脂・チキンコンソメ・砂糖・魚露・香辛料・トマト・オニオン・酸味料(鶏肉・豚肉)	塩・コーンスターチ・砂糖・ガーリック・はくさいエキス・ジンジャーパウダー・香味食用油・香辛料(なし)
Fホワイトルウ	クリームポタージュ	クリームポタージュ	クリームポタージュ	カレー粉	ノンエッグマヨネーズ	ノンエッグマヨネーズ
小麦粉・ラード・パーム油・砂糖・塩・チキンエキス・チーズ・脱脂粉乳・たまねぎ・ガーリック・香辛料(小麦・乳・大豆・鶏肉)	小麦粉・ホエイパウダー・パーム油・ヤシ油・コーンスターチ・脱脂粉乳・ぶどう糖・食塩・砂糖・酵母エキス・全粉乳・野菜パウダー・香辛料・ポークエキス・調味料・香辛料抽出物・カロテン色素(乳・小麦・大豆・豚肉)	小麦粉・ホエイパウダー・パーム油・ヤシ油・コーンスターチ・脱脂粉乳・ぶどう糖・食塩・砂糖・酵母エキス・全粉乳・野菜パウダー・香辛料・ポークエキス・調味料・香辛料抽出物・カロテン色素(乳・小麦・大豆・豚肉)	小麦粉・パーム油・なたね油・砂糖・とうもろこしでん粉・食塩・カレー粉・デキストリン・さまいも・酵母エキス・白菜エキス・香辛料・キャベツ・オニオン・カラメル色素(小麦)	小麦粉・パーム油・なたね油・砂糖・とうもろこしでん粉・食塩・カレー粉・デキストリン・さまいも・酵母エキス・白菜エキス・香辛料・キャベツ・オニオン・カラメル色素(小麦)	小麦粉・ラード・パーム油・塩・カレー粉・砂糖・たまねぎ・にんにく・トマト・酵母エキス・香辛料・カラメル色素(小麦・大豆)	小麦粉・ラード・パーム油・塩・カレー粉・砂糖・たまねぎ・にんにく・トマト・酵母エキス・香辛料・カラメル色素(小麦・大豆)
Fハイシルウ	オイスターソース	カレー粉	カレー粉	ノンエッグマヨネーズ	ノンエッグマヨネーズ	ノンエッグマヨネーズ
小麦粉 ラード パーム油 食塩 砂糖 トマトペースト オニオンパウダー 脱脂大豆 ガーリックパウダー 香辛料(ペッパー コーンパウダー 米粉 シナモン ローレル) (小麦 大豆)	魚介エキス(ほたて・かき・魚露(ほつけ、すけそう、たら)、砂糖・かき・こんぶエキス・塩・酒・でん粉)(なし)	ターメリック・コリアンダー・クミン・フェネリク・こしょう・赤唐辛子・ちんぴ	ターメリック・コリアンダー・クミン・フェネリク・こしょう・赤唐辛子・ちんぴ	食用植物油(なたね・大豆)・醸造酢・食塩・砂糖・粉末状植物たん白(大豆)・香辛料(マスタード)・酵母エキスパウダー・増粘剤(加工でん粉・キサンタンガム)・香辛料抽出物(大豆)	食用植物油(なたね・大豆)・醸造酢・食塩・砂糖・粉末状植物たん白(大豆)・香辛料(マスタード)・酵母エキスパウダー・増粘剤(加工でん粉・キサンタンガム)・香辛料抽出物(大豆)	食用植物油(なたね・大豆)・醸造酢・食塩・砂糖・粉末状植物たん白(大豆)・香辛料(マスタード)・酵母エキスパウダー・増粘剤(加工でん粉・キサンタンガム)・香辛料抽出物(大豆)

献立名	食 材 料				原材料およびアレルギー表示	栄養価 小学校	栄養価 中学校
	主食およびおかず	血や肉になるもの(赤)	力や熱になるもの(黄)	からだの調子をととのえるもの(緑)			
全給食日 牛乳	ぎゅうにゅう				【チャンポンめん】小麦粉・小麦たん白・食塩・でん粉・こんにやく加工品・卵殻カルシウム・クチナシ色素(小麦)		
1 黒糖パン	脱脂粉乳	小麦粉 ショートニング さとう 黒糖			塩		
ジャージャー麺	ぶたにく 大豆 赤みそ	チャンポン麺 こめ油 さとう	たまねぎ にんじん たけのこ ちんげん菜 しいたけ		にんにく しょうが 中華だし 濃口しょうゆ てんめんじやん	577 22.1 16.5 2.5	724 27.2 19.3 3.3
水 かいそうサラダ	かいそう		キャベツ きゅうり にんじん コーン		青じそドレッシング		
2 ごはん		こめ					
冬瓜のみそ汁	とうふ あぶらあげ みそ		とうがん にんじん こまつな えのきたけ ねぎ		にぼし	623 22.3 23.7 2.3	693 22.6 25.0 1.4
木 彩り野菜のたまご焼き	彩り野菜のたまご焼き				【彩り野菜のたまご焼き】液卵・植物油(なたね・大豆・パーム)・砂糖・にんじん・豚肉・玉ねぎ・米・でん粉・発酵調味料・しょうゆ・ほうれん草・食塩・かつお節だし・ゼラチン・こんぶ・魚介エキスパウダー【かつお】(たまご・小麦・大豆・豚肉・ゼラチン)		
昆布と大豆の炒め物	ぶたにく こんぶ だいず ちくわ	こめ油 さとう	にんじん		酒 みりん 濃口しょうゆ 淡口しょうゆ		
3 米粉パン	小麦たん白 脱脂粉乳	米粉 ショートニング 砂糖			酵素 塩 イースト		
金 ポークビーンズ	ぶたにく だいず	じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん トマトピューレ		洋風ストック ウスターソース デミグラスソース 赤ワイン ケチャップ 塩	569 27.7 19.0 2.5	704 33.8 22.1 3.4
たまねぎドレッシング サラダ			きゅうり にんじん キャベツ ブロッコリー		【たまねぎドレッシング】調味酢・しょうゆ・食用植物油(大豆・なたね)・玉ねぎ・砂糖・しいたけ・かつおだし・にんにく(小麦・大豆・豚肉)		
6 ごはん	ベジ活の日 小学校 138g 中学校 166g	こめ					
夏野菜カレー	ぶたにく ひよこ豆	こめ油 はちみつ	たまねぎ にんじん かぼちゃ なす ピーマン りんご		チキンスープ カレールウ①②	634 19.7 21.6 2.4	756 22.7 24.5 2.8
月 チーズサラダ	チーズ	さとう オリーブオイル	きゅうり キャベツ にんじん ブロッコリー		塩 米酢 こしょう		
7 ごはん	たなばた献立	こめ			【なると】魚肉すり身(すけそうたら・いとよりだい) ばれいしょでん粉・食塩・砂糖・着色料(紅麴)(なし)		
すまし汁	なると とうふ わかめ		にんじん ほうれん草 えのきたけ		淡口しょうゆ 塩 みりん にぼし	618 21.2 18.1 1.8	706 22.5 20.2 1.0
火 煮込みハンバーグ	ハンバーグ	こめ油 さとう でん粉	たまねぎ しめじ にんじん		コンソメ ケチャップ トマトソース 白ワイン ウスターソース デミグラスソース		
七タゼリー	七タゼリー						
8 ノンエッグマヨネーズパン	脱脂粉乳	小麦粉 ショートニング 卵不使用マヨネーズ さとう			塩 イースト ※卵不使用マヨネーズは、上記に載せております「ノンエッグマヨネーズ」です。		
水 キャベツと肉団子のスープ	肉団子		キャベツ にんじん たまねぎ えのきたけ		淡口しょうゆ 塩 カレー粉 洋風ストック チキンスープ	576 19.0 15.3 1.8	701 23.4 18.7 2.1
冷やし中華サラダ	お魚ソーセージ 錦糸卵	チャンポン麺 ごま ご油 さとう	きゅうり		こめず 淡口しょうゆ 【錦糸卵】たまご・だし汁(しょうゆ・糖類・かつおエキス・煮干しだし)・食塩・でん粉・砂糖・なたね油(卵・小麦・大豆)		

	献立名 主食およびおかず	食 材 料				原材料および アレルギー表示	栄養価 小学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	栄養価 中学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
		血や肉になるもの (赤)	力や熱になるもの (黄)	からだの調子をととのえるもの (緑)	調味料・その他			
9 木	ごはん		こめ			【かまぼこ】タラ・イトヨリ・でん粉・みりん・塩・着色料（なし）	637 19.4 24.5 1.5	782 22.8 29.0 1.9
	はっほうさい 八宝菜	ぶたにく かまぼこ	こめ油 でんぷん	たまねぎ にんじん キャベツ もやし きくらげ チンゲンサイ	しょうが 酒 中華だし オイスター 淡口しょうゆ 塩	【はるまき】豚肉・にんじん・たまねぎ・キャベツ 大豆油・小麦粉・春雨・しょうが・しいたけ・米粉 ショートニング（小麦・大豆・豚肉）		
	あ 揚げはるまき	はるまき 	こめ油					
10 金	コッペパン	脱脂粉乳	小麦粉 ショートニング 砂糖		塩 イースト	【ポタージュエースコーン】スイートコーンパウダー・ デキストリン・ヤシ油・でん粉・小麦粉・食塩 脱脂粉乳・豚脂・ぶどう糖・砂糖・乳糖・全粉乳 酵母エキスパウダー・チキンコンメパウダー チーズ・ほたてエキスパウダー（乳・小麦・鶏肉・豚 肉）	632 24.2 25.6 2.8	763 29.0 29.3 3.4
	コーンチャウダー	とりにく ひよこ豆 ぎゅうにゅう チーズ	こめ油 生クリーム	にんじん たまねぎ ブロッコリー コーン パセリ	チキンスープ 塩 こしょう ポタージュエースコーン ホワイトルウ	【ベーコン】豚肉・塩・砂糖・香辛料（豚肉）		
	やさい 野菜のたまごとじ	ベーコン たまご 	こめ油 さとう	たまねぎ にんじん キャベツ	白ワイン 洋風ストック 淡口しょうゆ	【チョコレートネオソフト】水あめ・砂糖・ショートニング ココアケーキ・小麦粉・脱脂粉乳・食塩・炭酸Ca 乳化剤・リン酸塩・増粘多糖類（乳・小麦）		
	チョコレートネオソフト		チョコレートネオソフト					
13 月	ゆかりごはん		こめ		ゆかり粉	【ゆかり粉】塩蔵赤しそ（赤しそ・食塩・梅酢） 砂糖・食塩・酵母エキス・酸味料（なし）	619 21.9 15.8 2.7	743 25.8 18.3 3.2
	ごもく 五目うどん	とりにく かまぼこ	うどん	にんじん しいたけ ねぎ	にぼし 淡口しょうゆ みりん	【かまぼこ】タラ・イトヨリ・でん粉・みりん ・塩・着色料（なし）		
	マーボーなす	ぶたにく あつあげ 赤みそ	こめ油 さとう でん粉	たまねぎ にんじん なす 	しょうが にんにく 麻婆豆腐の素 みりん 酒 濃口しょうゆ	【麻婆豆腐の素】 しょうゆ・砂糖・にんにく・しょうが・塩・みそ・ラーゼン ・チキンエキス・でん粉・ポークエキス （小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン）		
14 火	ごはん		こめ				618 26.0 19.7 1.8	741 30.5 22.2 2.2
	かぼちゃのみそ汁 <small>しる</small>	あぶらあげ みそ 		かぼちゃ たまねぎ にんじん ほうれんそう えのきたけ ねぎ	にぼし	【いわし甘露煮】いわし・砂糖・しょうゆ・みりん・でん粉 グラニュー糖・糖蜜・食塩（小麦・大豆）		
	いとし甘露煮 <small>かんろ に</small>	いわし甘露煮				【スクランブルエッグ】鶏卵・だし汁（しょうゆ・糖類 かつおエキス・煮干しエキス・食塩）・でん粉・砂糖・食 塩・商物油脂（なたね油）（卵・小麦・大豆）		
	ゴーヤチャンプル	ぶたにく とうふ かつお節 スクランブルエッグ	こめ油 ごま油	たまねぎ にんじん ゴーヤ 	みりん 淡口しょうゆ			
15 水	こくろ 黒糖パン	脱脂粉乳	小麦粉 ショートニング さとう 黒糖		塩	【ベーコン】豚肉・塩・砂糖・香辛料（豚肉）	647 29.0 27.3 2.2	792 34.4 31.7 2.7
	やさい 野菜のミルクスープ	ベーコン スキムミルク ぎゅうにゅう	こめ油 生クリーム	にんじん たまねぎ ブロッコリー コーン	チキンスープ 洋風ストック クリームポタージュ 塩 こしょう			
	よりく 鶏肉のレモンマリネ	とりにく	こめ油 さとう	たまねぎ にんじん ピーマン レモン果汁 	酒 淡口しょうゆ			
16 木	ごはん		こめ				621 27.5 20.4 2.4	742 31.9 23.0 2.9
	おやく 親子丼	とりにく かまぼこ たまご	さとう	たまねぎ にんじん しいたけ みつば	淡口しょうゆ 濃口しょうゆ みりん にぼし	【かまぼこ】タラ・イトヨリ・でん粉・みりん ・塩・着色料（なし）		
	やさい 野菜のごまみそ和え	わかめ あぶらあげ みそ	さとう ごま油 ごま	はくさい きゅうり にんじん	淡口しょうゆ			
17 金	ナン		ナン 			【ナン】小麦粉・砂糖・食塩・イースト・ショートニング なたね油（小麦）	628 26.9 26.9 1.7	712 28.6 31.1 2.0
	バターチキンカレー	とりにく	こめ油 じゃがいも 生クリーム バター	たまねぎ にんじん あらごしトマト	しょうが にんにく チキンスープ 洋風ストック ケチャップ カレールウ①			
	れんこんサラダ	まぐろ水煮	さとう	れんこん きゅうり ブロッコリー	淡口しょうゆ 米酢 ノンエッグマヨネーズ	【ジョア（マスカット）】 脱脂粉乳・マスカット果汁・還元麦芽糖水あめ・乳酸 Ca・安定剤（ペクチン）・香料・ピロリン酸鉄 ・甘味料（スクラロース）・葉酸・ビタミンD（乳）		
	ジョア（マスカット味） <small>あじ</small>	ジョア						
21 火	ごはん		こめ			【いちごゼリー】砂糖・いちご果汁・着色料（紅麹・ク チナシ）（なし）	635 19.6 17.0 1.9	757 22.5 19.0 2.2
	シャキッとハツシユド ポーク	ぶたにく ひよこ豆	こめ油	たまねぎ にんじん しめじ ごぼう トマト 	チキンスープ ケチャップ デミグラスソース 赤ワイン ハヤシルウ	【りんごゼリー】りんご果汁・砂糖（りんご）		
	フルーツカクテル		いちごゼリー りんごゼリー シャインマスカットゼリー	黄桃 みかん パイン		【シャインマスカットゼリー】砂糖・ぶどう果汁 クチナシ色素（なし）		
22 水	しょく 食パン	脱脂粉乳 	小麦粉 ショートニング 砂糖		塩 イースト	【ハム】豚肉・塩・砂糖・香辛料（大豆・豚肉）	571 22.6 19.8 2.6	703 27.2 22.9 3.4
	よりく 鶏肉のカレーシチュー	とりにく ひよこ豆 ぎゅうにゅう 脱脂粉乳	こめ油 じゃがいも 生クリーム	にんじん たまねぎ 	塩 カレー粉 塩 チキンスープ クリームポタージュ			
	りっちゃんサラダ	ハム かつお節 こんぶ	さとう ごま油 ごま	キャベツ きゅうり にんじん コーン トマト	淡口しょうゆ 米酢			