

令和8年9月予定献立表

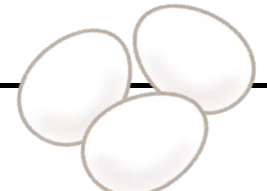
※牛乳(赤の仲間)は毎日つきます。
※食材入荷の都合により、献立及び食材を変更することがあります。
※加工品は枠の中に原材料及びアレルギー表示を記載しています。

《よく使用する食品のアレルギー表示》



都城市山之口学校給食センター

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)	大麦・大豆・食塩・水あめ・酒精・甘味料(大豆)	大麦・大豆・食塩・酒精(大豆)	鶏肉 酵母エキス(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)
		原材アレルギー表示				
トマトソース	ケチャップ	ブイヨン	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・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・魚醤・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		カレールウ①(とろけるカレールウ)		カレールウ②(Fカレールウ)
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		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・さつまいも・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)
Fハイシルウ		オイスターソース	カレー粉	ノンエッグマヨネーズ		和風だし
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・魚醤(ほつけ、すけそう たら)・砂糖・かき・こんがエキス・塩・酒・でん粉)(なし)	ターメリック・コリアンダー・クミン フェネリーク・こしょう・赤唐辛子 ちんぴ	食用植物油脂(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)		(和風だしの素)砂糖・食塩・かつお節粉末 かつおエキス・こんがエキス(なし)

	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)				調味料・その他	
全給食日	ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう								
1 火	ごはん			こめ			【やきにくのタレ】しょうゆ・砂糖・にんにく・麦みそ バナナ・りんご・しょうが・米発酵調味料・醸造酢 ・でん粉・ごま・ごま油・大豆油・こんぶ・唐辛子 甘味料(甘草・ステビア)・ワイン・はちみつ (小麦・大豆・りんご・バナナ・ごま)	594 21.1 15.1 1.9	708 24.6 16.7 2.2	
	わんたんスープ			米油 わんたん	たまねぎ えのきたけ ちんげん菜 にんじん ねぎ	淡口 中華だし チキンスープ				
	肉野菜炒め	ぶたにく ぎゅうにく		米油	キャベツ たまねぎ にんじん 青ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン 橙ピーマン	にんにく 塩 やきにくのたれ				【ヤクルト(マスカット)】 ぶどう糖果糖液糖・脱脂粉乳・砂糖・香料・V.C(乳)
	ヤクルト(マスカット味)			ヤクルト						
2 水	食パン	脱脂粉乳		小麦粉 ショートニング 砂糖		塩 イースト	【ミートボール(国産鶏と豚)】 鶏肉・豚肉・たまねぎ・パン粉・小麦・でん粉・食塩 ナツメグ・黒こしょう(小麦・鶏肉・豚肉)	617 23.6 23.1 2.7	753 28.1 27.1 3.5	
	肉団子のトマトスープ	ミートボール		じゃがいも 砂糖	たまねぎ にんじん 小松菜	トマトソース ケチャップ 洋風ストック チキンスープ 塩	【ウインナー】豚肉・豚脂・でん粉・塩 ・砂糖・香辛料(豚肉)			
	ウインナーと野菜の カレー炒め	ウインナー			たまねぎ キャベツ もやし エリンギ	にんにく カレー粉 コンソメ	【いちごジャム】 水あめ・砂糖・いちご・りんご(りんご)			
	いちごジャム			いちごジャム						
3 木	ごはん			こめ			【さんまみぞれ煮】さんま・大根・砂糖・しょうゆ でん粉・みりん・塩(小麦・大豆)	582 22.7 18.1 2.3	692 26.5 20.7 2.8	
	かき玉汁	とうふ たまご			たまねぎ えのきたけ にんじん ほうれんそう ねぎ	煮干し 淡口 酒 塩				
	さんまみぞれ煮	さんまみぞれ煮								【ちくわ】魚肉(すけそう、いとより、えそ・たちうお)でん 粉・砂糖・塩・植物油(大豆)
	きんぴら	ちくわ		砂糖	れんこん こんにゃく にんじん いんげん ごぼう	みりん 淡口 濃口				
4 金	ミルクパン	ぎゅうにゅう だっしふんにゅう		さとう ショートニング 小麦粉		塩 イースト	【日向夏ドレッシング】なたね油・大豆油 日向夏みかん果汁・調味酢・しょうゆ からし(小麦・大豆)	583 23.7 21.3 2.3	721 28.8 25.3 3.0	
	マカロニのクリーム煮	とりにく 脱脂粉乳 牛乳 白いんげん豆 白花生	マカロニ 生クリーム	にんじん たまねぎ しめじ	チキンスープ ホワイトルウ クリームポタージュ こしょう					
	日向夏ドレッシングサラダ	まぐろ水煮		ブロッコリー キャベツ にんじん コーン	日向夏ドレッシング					
7 月	ごはん			こめ			【オーシャンキング】 たら・ほき・食塩・砂糖・でん粉・かつおエキス 水あめ・えごま・紅麴(なし)	587 24.5 17.9 1.8	696 28.6 20.2 2.5	
	たまごスープ	オーシャンキング とうふ たまご わかめ			たまねぎ えのきたけ ちんげんさい	チキンスープ 酒 中華だし 塩 淡口	【コチジャン】 米みそ・水あめ・麦芽エキス・米こうじ調味料 乾燥唐辛子・砂糖・食塩・酵母エキスパウダー(大豆)			
	豚肉のブルコギ	ぶたにく	砂糖 ごま油 ごま	たまねぎ にんじん しめじ 青ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン 橙ピーマン	にんにく しょうが 酒 淡口 濃口 コチジャン					
8 火	ごはん			こめ			【ホキ天玉揚げ】 ほき・小麦粉・なたね油・塩・でん粉・大豆たんぱく 青さ・ホワイトペッパー(小麦・大豆)	598 21.5 19.0 2.2	723 25.1 21.8 2.5	
	かぼちゃのみそ汁	とうふ 油揚げ みそ			たまねぎ 小松菜 かぼちゃ ねぎ	煮干し	【ベーコン】豚肉・塩・砂糖・香辛料(豚肉)			
	ホキ天玉揚げ	ホキ天玉揚げ	米油			ウスター				
	ひじきベーコン	ベーコン ひじき	ごま油	にんじん たまねぎ 青豆 コーン	酒 濃口 塩					
9 水	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	【ウインナー】豚肉・豚脂・でん粉・塩 ・砂糖・香辛料(豚肉)	551 23.3 17.7 2.5	696 28.7 20.7 3.1	
	きのこスパゲティ	ウインナー	スパゲティ 米油 バター	たまねぎ にんじん しめじ えのきたけ エリンギ ねぎ	にんにく 和風だし 塩 こしょう 淡口 にんにく	【イタリアンドレッシング】なたね油・砂糖・醸造酢 食塩・玉ねぎ・香味食用油・香辛料(にんにく ・バジル・黒こしょう・セロリ)・トマト(なし)				
	ブロッコリーサラダ	鶏ささみ		ブロッコリー もやし キャベツ にんじん	イタリアンドレッシング					
10 木	ごはん	ベジ活の日 小学校 125g 中学校 157g		こめ				608 23.1 16.6 1.6	721 26.7 18.5 2.0	
	さつま汁	とりにく とうふ 油揚げ みそ	さつまいも	にんじん しめじ こんにゃく ねぎ	煮干し しょうが 酒					
	ひむか丼	ぶたにく	ごま油 砂糖	にんじん たまねぎ 千切大根 ごぼう たけのこ ピーマン	にんにく しょうが 酒 淡口 濃口					
11 金	バーガーパン	脱脂粉乳		小麦粉 ショートニング 砂糖		塩 イースト	【ベーコン】豚肉・塩・砂糖・香辛料(豚肉)	582 24.3 22.9 2.4	714 29.0 26.7 2.8	
	ミルクスープ	ベーコン 脱脂粉乳 牛乳	米油 生クリーム じゃがいも	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	【照焼きチキンパティ】鶏肉・玉ねぎ・鶏皮 パン粉・大豆たんぱく・砂糖・豚脂・魚醤(いわし)・塩 白こしょう・チキンエキス・ワイン・玉ねぎ・しょうが・ なたね油・パーム油(小麦・大豆・鶏肉・豚肉)				
	照焼きチキンパティ	てりやきチキンパティ								
	キャベツ			キャベツ	塩					

	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	栄養価 中学校
		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		エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
14 月	ごはん		米			【つくね】鶏肉・でん粉(タピオカ・ばれいしょ) えんどう豆たんぱく・たまねぎ・砂糖 海草ミネラル・塩・オニオンパウダー ペッパー・ガーリック(鶏肉)	640 22.6 17.6 2.0	761 26.1 19.6 2.2
	鶏だんごの炊き合わせ	つくね てんぷら 厚揚げ	じゃがいも さとう	にんじん こんにゃく しいたけ ごぼう	みりん 淡口 濃口			
	冷しうどん	わかめ 油揚げ	うどん	きゅうり	麺つゆ	【天ぷら】たら・でんぷん・みりん・砂糖・塩(なし)		
15 火	ごはん		こめ				581 23.0 16.0 1.7	692 26.5 17.8 1.9
	マーボー豆腐	ぶたにく とうふ だいず 赤みそ みそ	でん粉 さとう ごま油	たまねぎ にんじん にら たけのこ しいたけ	しょうが にんにく 濃口 みりん			
	じゃこ和え	ちりめんじゃこ	はるさめ さとう	にんじん もやし きゅうり	淡口 濃口 米酢			
16 水	コッパパン	脱脂粉乳	小麦粉 ショートニング 砂糖		塩 イースト		593 28.8 21.7 2.7	730 34.7 25.2 3.5
	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	ウスター デミグラス 赤ワイン ケチャップ 洋風ストック 塩 トマトピューレ			
	ひじきとチーズのサラダ	ひじき まぐろ水煮 チーズ		コーン ブロッコリー キャベツ	和風ドレッシング	【和風ドレッシング】大豆油・なたね油・醸造酢 ・砂糖・しょうゆ・たまねぎ・粒マスタード ホワイトペッパー・にんにく (小麦・大豆・豚肉・りんご)		
17 木	ごはん		こめ			【はくさいキムチ】はくさい・かつお節エキス 砂糖・こんぶエキス・パプリカ・唐辛子 にんにく・でん粉・塩(なし)	632 24.3 18.8 2.1	744 28.3 21.3 2.3
	キムチ汁	ぶたにく とうふ みそ	じゃがいも	にんじん だいこん ねぎ はくさいキムチ こんにゃく	煮干し 淡口	【スクランブルエッグ】 たまご・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・なたね (たまご)		
	鶏そぼろ丼	とりにく 大豆ミート スクランブルエッグ	米油 さとう	青豆	しょうが 酒 みりん 淡口 濃口	【青りんごゼリー】異性化糖液・ぶどう糖 砂糖・りんご濃縮果汁・デキストリン・寒天 トレハロース・クチナシ色素・カロチノイド色素 (りんご)		
	青りんごゼリー		青りんごゼリー					
18 金	せわりコッパパン	脱脂粉乳	小麦粉 ショートニング 砂糖		塩 イースト	【チャンポンめん】小麦粉・小麦たん白・食塩 でん粉・こんにゃく加工品・卵殻カルシウム クチナシ色素(小麦)	595 23.6 17.7 3.5	735 28.2 20.5 4.4
	焼きそば	ぶたにく ちくわ 青のり粉 寒天	チャンポンめん こめ油	キャベツ たまねぎ にんじん せんぎりだいこん もやし	ウスター 焼きそば粉	【やきそば粉】砂糖・食塩・粉末ソース ・豚脂・かつお節パウダー・いわしぶしパウダー ・むろぶしパウダー(大豆・豚肉・りんご)		
	ころころきゅうり		ごま油 さとう ごま	きゅうり	にんにく 米酢 淡口 濃口	【ちくわ】魚肉(すけそう、いとより、えそ・たちうお)でん 粉・砂糖・塩・植物油(大豆)		
	しゅうまい	しゅうまい				【しゅうまい】豚肉・たまねぎ・しょうがペースト でん粉・パン粉・砂糖・食塩・ポークエキス 白こしょう・コーンパウダー・小麦雄・水あめ (小麦・豚肉)		
24 木	ごはん		米			【かぼちゃ団子】 じゃがいも・かぼちゃ・小麦粉・米ぬか油 食塩(小麦)	610 20.1 15.9 2.0	725 23.0 17.5 2.3
	お月見団子汁	とうふ とりにく	かぼちゃ団子	だいこん にんじん ごぼう ほうれん草	煮干し 淡口 みりん 塩	【たら粉付き】 すけそうだら・でん粉・コーンフラワー 米粉・でん粉(なし)		
	魚のたこやきソースがらめ	たら かつお節 青のり	米油 じゃがいも さとう		ウスター ケチャップ			
25 金	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	【ハンバーグ】鶏肉・たまねぎ・豚脂・豚肉・ 粒状たんぱく質・砂糖・ぶどう糖・食塩・酵母エキス・ トマトペースト・香辛料・にんにくペースト ・小麦不使用しょうゆ・しょうがペースト ・加工でん粉(鶏肉・豚肉・大豆)	573 24.5 17.8 3.1	720 31.4 22.0 3.7
	麦スープ	ベーコン	麦 じゃがいも	ほうれん草 にんじん えのきたけ たまねぎ	塩 洋風ストック 白ワイン チキンスープ カレー粉	【十五夜ゼリー】うんしゅうみかん・砂糖・水あめ 粉末油脂・寒天・レモン果汁(なし)		
	にこみハンバーグ	ハンバーグ	米油 さとう でん粉	たまねぎ しめじ にんじん	ケチャップ トマトソース 白ワイン ウスター デミグラス コンソメ			
	十五夜ゼリー		十五夜ゼリー		【ベーコン】豚肉・塩・砂糖・香辛料(豚肉)			
28 月	ごはん		米		【コチジャン】米みそ・水あめ・麦芽エキス・米こうじ・唐辛子・砂糖・食塩(大)	【中華つくね】鶏肉・たまねぎ・にら パン粉・コーンスターチ・大豆たんぱく・豚脂 ごま油・さとう・しょうゆ・塩・かきエキス にんにく・白こしょう(小麦・鶏肉・豚肉・大豆・ごま)	601 21.7 15.8 2.0	707 25.0 17.4 2.3
	はるさめスープ	中華つくね	春雨 ごま油	たまねぎ しめじ ちんげんさい にんじん	チキンスープ 中華ストック 淡口	【はくさいキムチ】はくさい・かつお節エキス 砂糖・こんぶエキス・パプリカ・唐辛子 にんにく・でん粉・塩(なし)		
	豚肉とトッポギの キムチ炒め	豚肉 厚揚げ	トッポギ さとう	白菜キムチ たけのこ たまねぎ にんじん キャベツ	にんにく しょうが 酒 淡口 濃口 みりん コチジャン			
29 火	ごはん		米				670 23.0 19.4 2.2	800 26.6 21.9 2.6
	カレーうどん	ぶたにく	うどん	たまねぎ にんじん ねぎ しめじ	かつお節 カレールウ 淡口 みりん			
30 水	ちくわと油揚げの たまごとじ	油揚げ ちくわ たまご	米油 さとう	たまねぎ にんじん いんげん	淡口 濃口 みりん	【ちくわ】魚肉(すけそう、いとより、えそ・たちうお)でん 粉・砂糖・塩・植物油(大豆)	629 26.6 24.7 2.5	808 34.4 30.8 3.0
	黒糖パン	脱脂粉乳	小麦粉 ショートニング さとう 黒糖		塩	【ラビオリ】小麦粉・塩・鶏肉・豚肉・玉ねぎ パン粉・大豆たん白・豚脂・酵母エキス ポークエキス・砂糖・(小麦・豚肉・鶏肉・大豆)		
	ラビオリスープ		ラビオリ	たまねぎ にんじん キャベツ えのきたけ	淡口 塩 こしょう 洋風ストック			
	鶏肉のレモン煮	とりにく	米油 でん粉 さとう	コーン あおまめ レモン	塩 淡口 酒			