



月

学校給食献立表



※中高等部の基本食を基準としています。小学部は全体の約8割の栄養価です。

[illegible][illegible][illegible]

月間栄養量	
エネルギー (kcal)	688
たんぱく質 (g)	29.9
脂質 (g)	22.9
塩分 (g)	2.7

エネルギー (kcal)	671
たんぱく質 (g)	32.6
脂質 (g)	21.6
塩分 (g)	2.8

エネルギー (kcal)	689
たんぱく質 (g)	29.0
脂質 (g)	27.3
塩分 (g)	2.5

エネルギー (kcal)	636
たんぱく質 (g)	29.2
脂質 (g)	19.9
塩分 (g)	3.1

9月

学校給食献立表

2026年9月 7日(月)

献立名／食品名	g
【牛乳】	
牛乳	1本
【ご飯】	
水稻穀粒(精白米)	80
【鯖の南蛮焼き】	
さわら	70
食塩	0.1
こいくちしょうゆ	2.9
清酒(純米酒)	3.1
上白糖	2.3
米酢	1.9
ごま油	2.5
白ねぎ	5
トウバンジャン	0.1
【切干し大根の炒め煮】	
油揚げ	13
切干しだいこん	10
むきえだまめ(冷凍)	6
綿実油	1.0
上白糖	3.4
本みりん	0.5
うすくちしょうゆ	2.0
こいくちしょうゆ	2.3
だし(削り節・昆布だし)	60
【とうふのみそ汁】	
ソフト豆腐	30
はくさい	30
玉葱	20
にんじん	15
あおさ(素干し)	1
白みそ	2.0
赤みそ	8.0
昆布だし	0.6
削り節	2.3
水	150

2026年9月 8日(火)

献立名／食品名	g
【牛乳】	
牛乳	1本
【ご飯】	
水稻穀粒(精白米)	80
【鶏肉のごまだれ焼き】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	70
玉葱	30
ごま(ねり)	5.7
上白糖	0.6
本みりん	1.6
こいくちしょうゆ	4.6
ごま(すり)	2.0
【ひじきの炒め煮】	
干ひじき(ｽﾃｰﾙｽﾞ釜、乾)	4
油揚げ	8
にんじん	5
むきえだまめ(冷凍)	5
綿実油	0.5
こいくちしょうゆ	3.6
上白糖	3.4
だし(削り節・昆布だし)	20
【とうがんのすまし汁】	
とうがん	30
はくさい	30
えのきたけ	10
カットわかめ(乾燥)	0.5
食塩	0.5
うすくちしょうゆ	4.5
昆布だし	0.6
削り節	2.3
水	150

2026年9月 9日(水)

献立名／食品名	g
【牛乳】	
牛乳	1本
【ご飯】	
水稻穀粒(精白米)	80
【ホイコーロー】	
豚モモ(脂肪なし)	35
豚ばら(脂身付)	10
清酒(純米酒)	1.5
しょうが	0.5
にんにく	0.3
綿実油	1.0
キャベツ	50
玉葱	40
にんじん	15
青ピーマン	15
白ねぎ	10
テンメンジャン	5.9
上白糖	1.0
こいくちしょうゆ	1.8
食塩	0.5
水	4
【揚げ餃子(2個)】	
ぎょうざ(冷凍)	40
なたね油	3
【中華スープ】	
だいこん	30
えのきたけ	10
とうもろこし(ｶｰﾎﾞ冷凍)	10
チンゲンツァイ	30
食塩	0.7
こしょう混合	0.02
うすくちしょうゆ	2.0
がらスープ(ﾎｰｸ&ﾁｷﾝ)	6.0
水	150

2026年9月10日(木)

献立名／食品名	g
【牛乳】	
牛乳	1本
【★乳 おさつパン】	
おさつパン	1個
【鶏肉のマーマレード焼き】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	70
玉葱	10
白ワイン	2.8
マーマレード(高糖度)	10
黒こしょう	0.02
食塩	0.4
こいくちしょうゆ	3.0
【大麦と野菜のスープ】	
大麦(七分つき押麦)	10
キャベツ	30
にんじん	15
とうもろこし(ｶｰﾎﾞ冷凍)	10
ぶなしめじ	10
パセリ	0.5
うすくちしょうゆ	2.0
食塩	0.2
こしょう混合	0.04
コンソメ(粉末)	1.5
水	150
【黄桃(缶)】	
㊟(缶詰、黄肉種、果肉)	44

2026年9月 11日(金)

献立名／食品名	g
【牛乳】	
牛乳	1本
【大豆入りキーマカレー】	
水稻穀粒(精白米)	80
牛ひき肉	20
豚ひき肉	20
大豆(国産、ゆで)	20
玉葱	60
にんじん	15
にんにく	1.0
綿実油	1.0
カレー粉	0.4
食塩	0.6
トマトケチャップ	7.0
カレールウ	12
こいくちしょうゆ	1.2
水	30
コンソメ(粉末)	1.5
水	150
【だいこんとツナのサラダ】	
だいこん	40
きゅうり	10
まぐろ缶詰(水煮ﾌﾙｰｸﾞﾗｲﾄ)	10
上白糖	1.8
食塩	0.4
綿実油	0.9
りんご酢	2.7
【りんご(缶)】	
りんご(缶詰)	44

エネルギー(kcal)	726
たんぱく質(g)	36.4
脂質(g)	25.6
塩分(g)	2.7

エネルギー(kcal)	692
たんぱく質(g)	31.7
脂質(g)	26.9
塩分(g)	3.0

エネルギー(kcal)	668
たんぱく質(g)	28.7
脂質(g)	20.6
塩分(g)	2.6

エネルギー(kcal)	694
たんぱく質(g)	29.7
脂質(g)	23.1
塩分(g)	2.7

エネルギー(kcal)	695
たんぱく質(g)	25.6
脂質(g)	24.3
塩分(g)	3.5

9 月



学校給食献立表



2026年9月 14日(月)

献立名／食品名	g
【牛乳】	
牛乳	1本
【ご飯】	
水稻穀粒(精白米)	80
【豚肉の生姜焼き】	
豚モモ(脂肪なし)	65
豚ばら(脂身付)	10
玉葱	40
青ピーマン	10
しょうが	1.3
綿実油	0.5
上白糖	1.2
清酒(純米酒)	1.6
本みりん	0.9
こいくちしょうゆ	4.2
【ふろふき大根(ゆず味噌)】	
だいこん	80
うすくちしょうゆ	1.0
だし(削り節・昆布だし)	70
白みそ	8.0
こいくちしょうゆ	1.0
清酒(純米酒)	1.0
本みりん	3.0
上白糖	2.5
ゆず(果汁、生)	0.5
水	3
【すまし汁】	
はくさい	30
油揚げ	8
にんじん	15
えのきたけ	10
糸みつば	5
食塩	0.4
うすくちしょうゆ	4.0
昆布だし	0.6
削り節	2.3
水	150

2026年9月 15日(火)

献立名／食品名	g
【牛乳】	
牛乳	1本
【ご飯】	
水稻穀粒(精白米)	80
【豚肉と厚揚げの味噌炒め煮】	
豚モモ(脂肪なし)	30
しょうが	0.5
綿実油	0.5
食塩	0.1
こしょう混合	0.02
白ねぎ	8
こいくちしょうゆ	1.0
清酒(純米酒)	3.0
厚揚げ	40
れんこん	15
玉葱	40
にんじん	10
キャベツ	35
赤みそ	8.0
削り節	1.6
水	20
【だいこんの甘酢あえ】	
だいこん	40
さんどまめ(冷凍)	20
上白糖	2.4
食塩	0.7
米酢	2.7
【海苔の佃煮】	
かつお加工品(かつお節)	0.8
干し椎茸	0.5
きざみのり	3.0
上白糖	0.8
清酒(純米酒)	1.5
本みりん	4.5
こいくちしょうゆ	3.0
だし(削り節・昆布だし)	60

2026年9月 16日(水)

献立名／食品名	g
【牛乳】	
牛乳	1本
【ご飯】	
水稻穀粒(精白米)	80
【鶏肉のカレー揚げ】	
鶏成鶏肉モモ(皮付き)	70
こいくちしょうゆ	2.4
カレー粉	0.3
薄力粉	14
なたね油	5
【ナムル】	
だいこん	45
にんじん	15
上白糖	1.5
食塩	0.5
うすくちしょうゆ	0.5
ごま油	1.8
ごま(すり)	2.3
【チンゲンサイのスープ】	
はくさい	30
チンゲンツアイ	20
えのきたけ	10
とうもろこし(か-氷冷凍)	10
食塩	0.5
こしょう混合	0.02
うすくちしょうゆ	2.5
がらスープ(ポーク&チキン)	7.0
水	150

2026年9月17日(木)

献立名／食品名	g
【牛乳】	
牛乳	1本
【★乳 黒糖パン】	
黒糖パン	1個
【さつまいものミートグラタン】	
牛ひき肉	20
豚ひき肉	20
マカロニ(エルボ)	8
さつまいも	40
玉葱	40
ぶなしめじ	10
にんにく	0.2
綿実油	1.0
白ワイン	3.0
食塩	0.4
こしょう混合	0.03
トマトケチャップ	12.0
トマトピューレ	10.0
ウスターソース	2.0
薄力粉	8.0
パン粉(乾燥)	1.0
水	10
【野菜のスープ】	
キャベツ	30
だいこん	30
にんじん	15
えのきたけ	10
パセリ	0.3
食塩	0.2
こしょう混合	0.04
うすくちしょうゆ	2.0
コンソメ(粉末)	1.5
水	150
【みかん(缶)】	
みかん(缶詰)	44

2026年9月18日(金)

献立名／食品名	g
【牛乳】	
牛乳	1本
【赤飯】	
水稻穀粒(精白米)	70
あずき(乾)	12
食塩	0.4
【太刀魚の塩焼き】	
たちうお	80
食塩	0.2
食塩	0.4
【小松菜のごまあえ】	
こまつな	20
はくさい	35
生しいたけ(菌床栽培、生)	5
ごま(すり)	1
上白糖	0.9
うすくちしょうゆ	3.0
だし(削り節・昆布だし)	6.0
【さつまいもとわかめのみそ汁】	
さつまいも	30
ごぼう	10
玉葱	30
にんじん	15
カットわかめ(乾燥)	0.5
白みそ	2.0
赤みそ	8.0
昆布だし	0.6
削り節	2.3
水	150

エネルギー(kcal)	661
たんぱく質(g)	33.8
脂質(g)	19.6
塩分(g)	2.6

エネルギー(kcal)	616
たんぱく質(g)	29.1
脂質(g)	16.1
塩分(g)	2.6

エネルギー(kcal)	733
たんぱく質(g)	28.1
脂質(g)	30.2
塩分(g)	2.0

エネルギー(kcal)	729
たんぱく質(g)	27.0
脂質(g)	22.0
塩分(g)	2.8

エネルギー(kcal)	699
たんぱく質(g)	32.0
脂質(g)	26.6
塩分(g)	3.1



9 月

学校給食献立表



2026年9月19日(土)

献立名／食品名	g
【牛乳】	
牛乳	1本
【ポークカレー】	
水稻穀粒(精白米)	80
豚モモ(脂身付き)	40
じゃがいも	40
玉葱	40
にんじん	20
むきえだまめ(冷凍)	5
セロリー	5
にんにく	0.5
綿実油	0.5
食塩	0.3
ローレル(粉)	0.01
ウスターソース	1.1
カレールウ	15.0
がらスープ(ポーク&チキン)	7.0
水	90
【キャベツのひじきサラダ】	
キャベツ	40
きゅうり	20
干ひじき(スルメ釜、乾)	0.6
上白糖	2.4
食塩	0.3
綿実油	1.2
うすくちしょうゆ	1.5
米酢	1.5
【和なし(缶)】	
和なし(缶詰)	44

2026年9月25日(金)

献立名／食品名	g
【牛乳】	
牛乳	1本
【ご飯】	
水稻穀粒(精白米)	80
【手作りハンバーグ(デミグラスソース)】	
牛ひき肉	30
豚ひき肉	30
木綿豆腐	20
玉葱	40
にんじん	5
食塩	0.4
白こしょう	0.02
パン粉(乾燥)	9.0
豆乳	7.0
綿実油	0.5
マッシュルーム(水煮缶詰)	10
清酒(純米酒)	7.0
トマトケチャップ	7.0
ウスターソース	3.6
こいくちしょうゆ	3.6
上白糖	2.2
【ウサギ型にんじん、コーン(添え野菜)】	
ブロッコリー	30
にんじん	15
とうもろこし(か-礼冷凍)	10
【コンソメスープ】	
はくさい	30
じゃがいも	30
ぶなしめじ	10
パセリ	0.5
食塩	0.4
こしょう混合	0.02
うすくちしょうゆ	1.5
コンソメ(粉末)	1.5
水	150
【十五夜デザート】	
十五夜デザート	1個

2026年9月28日(月)

献立名／食品名	g
【牛乳】	
牛乳	1本
【秋の香り炊き込みごはん】	
水稻穀粒(精白米)	70
油揚げ	5
ぶなしめじ	5
生しいたけ(菌床栽培、生)	4
えのきだけ	5
食塩	0.6
うすくちしょうゆ	4.0
本みりん	8.0
清酒(純米酒)	8.0
だし(削り節・昆布だし)	105
【さんまの塩焼き】	
さんま	80
食塩	0.1
食塩	0.4
【のっぺい汁】	
豚ばら(脂身付)	15
だいこん	30
にんじん	15
つきこんにゃく	10
ごぼう	15
葉ねぎ	5
うすくちしょうゆ	4.0
清酒(純米酒)	1.0
食塩	0.3
昆布だし	0.6
削り節	2.3
水	150
かたくり粉	2.0
【りんご(缶)】	
りんご(缶詰)	44

2026年9月29日(火)

献立名／食品名	g
【牛乳】	
牛乳	1本
【ご飯】	
水稻穀粒(精白米)	80
【肉じゃが】	
豚モモ(脂身付き)	45
じゃがいも	45
玉葱	45
厚揚げ	35
糸こんにゃく	6
さんどまめ(冷凍)	6
上白糖	2.8
本みりん	0.7
食塩	0.1
こいくちしょうゆ	3.2
うすくちしょうゆ	3.5
削り節	1.6
水	50
【ごぼうのきんぴら】	
豚モモ(脂身付き)	15
ごぼう	30
にんじん	15
綿実油	0.3
こいくちしょうゆ	2.0
上白糖	1.3
だし(削り節・昆布だし)	10.0
【焼きのり】	
焼きのり(基本食)	2
きざみのり(段階食)	2

2026年9月30日(水)

献立名／食品名	g
【牛乳】	
牛乳	1本
【ご飯】	
水稻穀粒(精白米)	80
【鶏肉の治部煮(石川県)】	
鶏若鶏肉モモ(皮なし)	40
だいこん	40
じゃがいも	40
はくさい	30
こまつな	20
にんじん	15
干し椎茸	1.0
清酒(純米酒)	1.1
本みりん	6.6
食塩	0.1
こいくちしょうゆ	3.9
うすくちしょうゆ	3.0
削り節	1.6
水	60
かたくり粉	2.5
【きゅうりの酢の物】	
きゅうり	20
キャベツ	40
こいくちしょうゆ	2.3
上白糖	1.6
米酢	2.8
【焼きかぼちゃの甘みつけ】	
西洋かぼちゃ	60
上白糖	4.5
食塩	0.2
こいくちしょうゆ	0.2
水	3

エネルギー(kcal)	671
たんぱく質(g)	24.9
脂質(g)	19.9
塩分(g)	2.7

エネルギー(kcal)	720
たんぱく質(g)	29.5
脂質(g)	22.7
塩分(g)	3.0

エネルギー(kcal)	779
たんぱく質(g)	32.5
脂質(g)	36.0
塩分(g)	3.2

エネルギー(kcal)	662
たんぱく質(g)	33.1
脂質(g)	19.2
塩分(g)	1.7

エネルギー(kcal)	611
たんぱく質(g)	24.7
脂質(g)	10.9
塩分(g)	1.9