

令和6年 6月 中学校基準献立予定表

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
3月	ご飯	○		精白米, 精麦			803 kcal
	めかじきの竜田揚げ		めかじき	かたくり粉, 揚げ油	しょうが	しょうゆ, 日本酒	38.5 g
	呉汁		ゆで大豆, あわせ味噌, 米みそ	じゃがいも	だいこん, たまねぎ, ごぼう, にんじん	さば・かつお削り節, 水	22.8 g
	手作りふりかけ (大根葉)		さば・かつお削り節	粗糖	だいこん(葉)	しょうゆ, 並塩	2.4 g
4火	ご飯	○		精白米, 精麦			821 kcal
	筑前煮		とりもも肉角	じゃがいも, 粗糖, ごま油	たまねぎ, にんじん, ごぼう, れんこん, しょうが, グリンピース, たけのこ, こんにゃく	しょうゆ, 日本酒, 水	35.1 g
	大豆とじゃこの甘辛和え		ゆで大豆, しらす干し	粗糖, 白ごま		しょうゆ, みりん	22.9 g
							3.2 g
5水	ソフトフランスパン	○		◎ソフトフランスパン			693 kcal
	チキンカレーシチュー		とりもも肉小間	じゃがいも, 米油, 小麦粉	たまねぎ, にんじん, しょうが, にんにく	ターメリック, カレー粉, クミン, トマトピューレー, ケチャップ, 中濃ソース, チャツネ, ベイリーフ, チキンスープ, 赤ワイン, 並塩, 水	28.9 g
	マカロニサラダ			マカロニ, 卵抜きマヨネーズ, 粗糖	きゅうり, にんじん, キャベツ, ホールコーン, レモン果汁	並塩	26.3 g
							2.9 g
6木	ツナそぼろご飯	○	まぐろフレーク水煮, 凍り豆腐	精白米, 精麦, 粗糖	にんじん, しょうが	しょうゆ, 日本酒, みりん	847 kcal
	葉山わかめの味噌汁		葉山わかめ, あわせ味噌, 米みそ	じゃがいも	えのきたけ, たまねぎ	さば・かつお削り節, 水	42.8 g
	ごまあえ (キャベツ)			黒ごま, 粗糖	キャベツ, にんじん, ホールコーン	しょうゆ	24.8 g
							3.2 g
7金	肉うどん	○	ぶたもも肉小間, なんと, 油揚げ	ゆで麺	たまねぎ, ほうれんそう, にんじん	しょうゆ, みりん, さば・かつお削り節, 並塩, 水	765 kcal
	青のりポテト		あおのり(素干し)	じゃがいも, 揚げ油		並塩	33.9 g
	歯と口の健康週間ゼリー			りんごとヨーグルト風寒天ゼリー			22.0 g
							3.3 g
10月	ご飯	○		精白米, 精麦			838 kcal
	かつおとじゃがいもの揚げ煮		かつお角	かたくり粉, じゃがいも, 揚げ油, 粗糖	しょうが	しょうゆ, 日本酒, 水	39.0 g
	塩豚汁		ぶたもも肉小間	じゃがいも, 米油	にんじん, 長ねぎ, だいこん, こんにゃく, ごぼう	塩こうじ, さば・かつお削り節, 水	19.0 g
							3.0 g
11火	ご飯	○		精白米, 精麦			676 kcal
	チンジャオロースー		ぶたもも肉細切り	米油, 粗糖, ごま油	青ピーマン, 長ねぎ, しょうが, にんにく, たけのこ	しょうゆ, オイスターソース, 日本酒, トウバンジャン, 並塩, こしょう	29.1 g
	葉山わかめサラダ		葉山わかめ	粗糖, 米油	キャベツ, にんじん, きゅうり	酢, しょうゆ	18.3 g
							2.7 g
12水	コッペパン	○		◎コッペパン			723 kcal
	ポテトグラタン		とりもも肉小間, △むきえび, ◎シュレットチーズ, ◎脱脂粉乳	じゃがいも, 米油, 小麦粉, ◎バター	たまねぎ, にんじん, グリンピース	チキンスープ, ベイリーフ, 並塩, こしょう, 水	35.2 g
	コーンサラダ			米油, 粗糖	キャベツ, きゅうり, ホールコーン	しょうゆ, 酢, 並塩	26.1 g
							3.6 g
13木	ご飯	○		精白米, 精麦			764 kcal
	豚肉の生姜炒め		ぶたもも肉小間	米油, 粗糖, かたくり粉	たまねぎ, しょうが	しょうゆ, みりん	37.2 g
	のっぺい汁		油揚げ, 焼き竹輪	じゃがいも, かたくり粉	こまつな, にんじん, ごぼう, 長ねぎ	しょうゆ, さば・かつお削り節, 水	20.0 g
							2.3 g
14金	サンドパン	○		◎サンドパン			788 kcal
	チキンカツ		とりむね肉切り身	小麦粉, パン粉, 揚げ油		並塩, こしょう, 中濃ソース	38.9 g
	ミネストローネスープ		ベーコン	じゃがいも, アルファベットマカロニ	にんじん, たまねぎ, セロリ, にんにく, ホールトマト, グリンピース	チキンとボークスープ, こしょう, 並塩, 水	32.7 g
							3.6 g
17月	ご飯	○		精白米, 精麦			701 kcal
	豚キムチ		ぶたもも肉小間	ごま油, 粗糖	白菜キムチ, たまねぎ, にんじん, にら	しょうゆ, 日本酒, みりん, 並塩	30.4 g
	中華風磯和え		焼きのり	ごま油	チンゲンサイ, もやし	しょうゆ	17.7 g
	果物(バレンシアオレンジ)				バレンシアオレンジ		2.8 g
18火	豚肉丼	○	ぶたもも肉小間	精白米, 精麦, 粗糖, かたくり粉	たまねぎ, えのきたけ, しらたき, グリンピース	日本酒, しょうゆ, みりん, 並塩, 水	821 kcal
	かんぴょうの卵とじ汁		★卵, あわせ味噌, 米みそ		かんぴょう(乾), 長ねぎ, にんじん, こまつな	さば・かつお削り節, 水	45.4 g
	栃木県郷土料理						19.0 g

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他	アレルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
19 水	チーズパン	○		◎チーズパン			692 kcal
	ポトフ		ウインナー	じゃがいも	たまねぎ, にんじん, にんにく, キャベツ, セロリ, エリンギ	白ワイン, ベイリーフ, チキンとポークスープ, 並塩, こしょう, 水	29.3 g
	炒めビーフン		ぶたもも肉小間	ビーフン, 米油	もやし, たまねぎ, チンゲンサイ, にんじん, たけのこ	しょうゆ, 並塩, こしょう	28.6 g
							3.5 g
20 木	コーンピラフ	○	ベーコン	精白米, 精麦, 米油	ホールコーン, たまねぎ	並塩, こしょう	835 kcal
	夏野菜ラタトゥイユ		とりもも肉角, ベーコン	オリーブ油	たまねぎ, なす, ズッキーニ, 青ピーマン, 赤ピーマン, にんにく, ホールトマト	ベイリーフ, 赤ワイン, 並塩, こしょう	31.8 g
	ごまマヨサラダ		ゆで大豆	卵抜きマヨネーズ, 粗糖, 白ごま	ホールコーン, にんじん, きゅうり	からし粉, 酢, 並塩	29.7 g
							2.0 g
21 金	五目焼きそば	○	ぶたもも肉小間, なんと	揚げ麺, 米油, かたくり粉	たまねぎ, もやし, チンゲンサイ, たけのこ, にんにく, きくらげ	しょうゆ, 酢, チキンとポークスープ, 並塩, こしょう, 水	609 kcal
	蒸ししゅうまい		冷凍しゅうまい				30.6 g
							28.9 g
							3.5 g
24 月	ご飯	○		精白米, 精麦			736 kcal
	鶏肉の照り焼き		とりもも肉切り身		しょうが	しょうゆ, みりん, 日本酒	32.6 g
	田舎汁		あわせ味噌, 米みそ	じゃがいも	だいこん, にんじん, こまつな, 長ねぎ	さば・かつお削り節, 水	21.6 g
	枝豆				えだまめ	並塩	2.1 g
25 火	夏野菜カレーライス	○	ぶたもも肉小間, 豆乳	精白米, 精麦, 米油, 小麦粉	たまねぎ, にんじん, しょうが, にんにく, 西洋かぼちゃ, なす, さやいんげん, 赤色トマト	カレー粉, クミン, ターメリック, ベイリーフ, チキンとポークスープ, ケチャップ, 中濃ソース, チャツネ, 並塩, 水	753 kcal
	切干大根のサラダ		カットわかめ	ごま油, 粗糖	切干しだいこん, にんじん, こんにゃく, きゅうり	しょうゆ, 酢	27.0 g
							22.0 g
							2.4 g
26 水	ロールパン	○		◎ロールパン			727 kcal
	バーベキューチキン		とりもも肉切り身		にんにく	ケチャップ, ウスターソース, 日本酒, カレー粉, 並塩	35.1 g
	卵と野菜のスープ		★卵		ホールコーン, ほうれんそう, にんじん, キャベツ	チキンスープ, しょうゆ, 並塩, こしょう, 水	33.8 g
	果物(バレンシアオレンジ)				バレンシアオレンジ		3.7 g
27 木	ご飯	○		精白米, 精麦			775 kcal
	さわらのみそ焼き		さわら, あわせ味噌	粗糖		みりん, 日本酒, しょうゆ	36.8 g
	けんちん汁		油揚げ	じゃがいも, ごま油	だいこん, にんじん, 長ねぎ, ごぼう, こんにゃく, こまつな	しょうゆ, さば・かつお削り節, 水	19.7 g
	塩キュウリ				きゅうり, しょうが	塩こうじ	2.8 g
28 金	黒パン	○		◎黒パン			695 kcal
	チリコンカン		ぶたひき肉, 大豆	じゃがいも, マカロニ, 米油, 米粉	たまねぎ, にんじん, にんにく	パセリ(乾), ケチャップ, トマトピューレー, 中濃ソース, しょうゆ, 赤ワイン, チリパウダー, 並塩, こしょう, 水	29.7 g
	春雨サラダ			緑豆はるさめ, 米油, 粗糖	キャベツ, ほうれんそう, にんじん, ホールコーン	しょうゆ, 酢, 並塩	21.2 g
							3.4 g

※アレルギー食品には記号を表示しています

献立表の見方

* 基準献立表は、中学校2校共通献立を記載しています。提供給食の献立変更や、学校行事等により給食提供のない日があります。学校行事については、各学校の「学校だより」等をご参照ください。

6月食物アレルギーのお知らせ

日にち	献立名	卵	乳	えび
6/12(水)	ポテトグラタン		○	○
6/18(火)	かんぴょうの卵とじ汁	○		
6/26(水)	卵と野菜のスープ	○		

※パンはすべて、小麦粉・脱脂粉乳を含みます。

※魚介類（あさり・わかめ・ちりめんじゃこなど）はエビ・カニが混ざる漁法で漁獲されています。

※飲むヨーグルト・ジュースは牛乳扱いになります。

ご家庭で確認をお願いします。

※「卵」＝★
「乳」＝◎
「えび」＝△
と材料名に印が入ります。

* 学校給食使用食材産地(青果・肉・魚牛乳・米)は、葉山町HPで公開しています。「葉山の給食 使用食材」と検索してください。

加工食品の食物アレルギー原因食物について

食材名	特定原材料								特定原材料に準ずるもの
	えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳	落花生	
冷凍シュウマイ				○					鶏肉、豚肉、大豆
ベーコン									豚肉
ウインナー									豚肉
なんと									
焼き竹輪									大豆
白菜キムチ									りんご、さば
歯と口の健康週間ゼリー									大豆、りんご

※食品表示法に基づく特定原材料8品目と、特定原材料に準ずる20品目のみ記載。これら以外の食品は、葉山町ホームページの「加工食品アレルギー表示一覧表」でご確認ください。「葉山の給食 加工食品」と検索してください。