

学校給食献立予定表

太宰府市学校給食会
太宰府市立学園中学校

令和7年6月



日付 曜日	献立名	牛乳	使われている食品と体内での主な働き						エネルギー(kcal)	
			主に体をつくるものになる		主に体の調子を整えるものになる		主にエネルギーのもとになる		たんぱく質(g)	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	脂質(g)	
2 (月)	麦ごはん 野菜の味噌バター丼 じゃがじゃこ ワンタンスープ	☆ 豚肉 大豆 赤みそ	牛乳 しらす干し	さやいんげん 人参 チンゲン菜	にんにく とうもろこし たけのこ 玉ねぎ 木くらげ えのきたけ	麦ごはん 砂糖 じゃがいも ワンタン	油 バター		819	
3 (火)	麦ごはん 大豆入り麻婆豆腐 春雨の中華サラダ 洋梨のコンポート	☆ 豆腐 豚肉 大豆 ハム	牛乳	人参 にら 赤パプリカ	しょうが にんにく 玉ねぎ 白ねぎ 干し椎茸 もやし 洋梨	麦ごはん でん粉 春雨 砂糖	油 ごま油 ごま		818	
4 (水)	★虫歯予防デー 麦ごはん きびなごカリカリフライ 茎わかめの炒り煮 豚汁	☆ 豚肉 豆腐 米みそ 麦みそ	牛乳 きびなご 茎わかめ 角天ぷら	人参 さやいんげん ねぎ	しょうが 大根 こんにゃく ごぼう しめじ	麦ごはん 砂糖 じゃがいも でん粉	油 ごま		777	
5 (木)	食パン 鶏のマーマレードソース アスパラガスのソテー コーンクリームスープ	☆ 鶏肉 ベーコン 白いんげん豆 豆乳	牛乳 スキムミルク	アスパラガス 人参 パセリ	みかん レモン キャベツ 玉ねぎ とうもろこし オレンジ	パン マーマレード でん粉	油		791	
6 (金)	わかめ麦ごはん 肉うどん もやしの炒め物	☆ 牛肉 竹輪	牛乳 わかめ	ねぎ 人参 ビーマン	玉ねぎ ごぼう しょうが もやし キャベツ	麦ごはん うどん 麺 砂糖	油 ごま		723	
9 (月)	★朝ごはん献立 麦ごはん さばの塩焼き いろいろ炒め じゃがいもの味噌汁 一食納豆	☆ さば ハム 米みそ 麦みそ 納豆	牛乳	ビーマン 赤パプリカ 小松菜	玉ねぎ キャベツ えのきたけ	麦ごはん じゃがいも	油		811	
10 (火)	麦ごはん 八宝菜 春巻き 大根の中華サラダ	☆ 豚肉 うずら卵	牛乳 角天ぷら わかめ	人参 チンゲン菜	しょうが たけのこ 玉ねぎ キャベツ もやし 大根	麦ごはん でん粉 春巻の皮 砂糖	油 ごま油		829	
11 (水)	麦ごはん いわしの甘露煮 しそ和え 厚揚げと青梗菜の味噌煮	☆ いわし 豚肉 厚揚げ 米みそ	牛乳	人参 赤じそ チンゲン菜	キャベツ きゅうり 玉ねぎ しめじ しょうが	麦ごはん 砂糖	油		822	
12 (木)	県産麦食パン 焼きそば 焼きぎょうざ きゅうりの即席漬け いちごジャム	☆ 豚肉 鶏肉 かつお節	牛乳 角天ぷら 青のり	人参 ねぎ	しょうが キャベツ 玉ねぎ きゅうり	県産麦パン ちゃんぽん 麺 砂糖 いちごジャム ぎょうざの皮	油 ごま油 ごま		785	
13 (金)	★食物せんい献立 雑穀ごはん ビーンズカレー フルーツ杏仁 アーモンドフィッシュ	☆ 鶏肉 赤いんげん豆 青えんどう豆 レンズ豆 ひよこ豆 白いんげん豆	牛乳 いりこ	人参 トマト	玉ねぎ にんにく みかん パイナップル 黄桃	雑穀ごはん じゃがいも 杏仁豆腐	油 アーモンド		879	
16 (月)	【地産地消費強化週間】 ★かみかみ献立 麦ごはん シイラフライ 大豆とごぼうの炒め煮 厚揚げの味噌汁	☆ シイラ 大豆 厚揚げ 米みそ 麦みそ	牛乳	人参 ねぎ さやいんげん	洗いごぼう こんにゃく 玉ねぎ しめじ	麦ごはん 砂糖 じゃがいも パン粉 小麦粉	油		757	
17 (火)	麦ごはん 県産野菜の卵焼き 野菜のごま酢和え じゃがいものうま煮	☆ 卵 鶏肉	牛乳 しらす干し	小松菜 人参	キャベツ しょうが 玉ねぎ 枝豆 たけのこ こんにゃく えのき	麦ごはん 砂糖 じゃがいも	油 ごま		786	
18 (水)	麦ごはん 華味どりの梅マヨソース 切り干し大根の和え物 五目汁	☆ 鶏肉 豆腐 油揚げ	牛乳	人参 ほうれん草	梅 切干大根 きゅうり とうもろこし レモン たけのこ えのきたけ	麦ごはん でん粉 米粉 砂糖	油 ごま *エッグケア マヨネーズ		846	
19 (木)	米粉パン ひじき入りスパゲティ アーモンドサラダ ヨーグルト	☆ ツナ	牛乳 ひじき ヨーグルト	人参 ほうれん草 赤パプリカ	玉ねぎ しめじ えのきたけ キャベツ とうもろこし	米粉パン スパゲティ 砂糖	油 アーモンド		784	
20 (金)	麦ごはん 鰹の煮つけ みょうがとわかめの酢の物 豆腐のみそ汁	☆ あじ 豆腐 油揚げ 米みそ 麦みそ	牛乳 わかめ	小松菜	しょうが キャベツ きゅうり みょうが 玉ねぎ もやし	麦ごはん 砂糖 黒糖	ごま		750	
23 (月)	麦ごはん 家常豆腐 海藻サラダ オレンジ	☆ 豚肉 厚揚げ 赤みそ	牛乳 わかめ 昆布	人参 ねぎ	しょうが にんにく 玉ねぎ たけのこ 干し椎茸 レモン きゅうり とうもろこし こんにゃく 寒天 オレンジ	麦ごはん 砂糖 でん粉	油 ごま油		767	
24 (火)	麦ごはん 鯖のみそ煮 小松菜のおひたし もずく汁	☆ さば 米みそ かつお節 豆腐	牛乳 もずく	小松菜 人参 ねぎ	しょうが もやし えのきたけ 玉ねぎ	麦ごはん 砂糖			768	
25 (水)	麦ごはん チンジャオロース わかめのさっと煮 卵と春雨のスープ	☆ 豚肉 卵	牛乳 わかめ しらす干し	ビーマン 人参 チンゲン菜	しょうが にんにく もやし 干し椎茸 たけのこ 玉ねぎ とうもろこし	麦ごはん でん粉 米粉 砂糖 春雨	油 ごま油 ごま		793	
26 (木)	★世界の料理:チリ チャカレロ(柏型パン、肉のソテー、 ゆでキャベツ、エッグケアマヨネーズ) 魚介のスープ チーズ	☆ 豚肉 ひよこ豆 赤いんげん豆 青えんどう豆 たら いか	牛乳 チーズ	人参 トマト	玉ねぎ にんにく キャベツ セロリ	パン じゃがいも	油 *エッグケア マヨネーズ		765	
27 (金)	お楽しみ献立 & リザーブ給食	☆ 豚肉 レンズ豆 白いんげん豆 ハム	牛乳	人参 さやいんげん トマト	玉ねぎ マッシュルーム キャベツ とうもろこし	麦ごはん 砂糖 リザーブデザート	油		807	
30 (月)	★友好都市給食:奈良県 麦ごはん かつおの梅風味和え 吉野煮 すまし汁	☆ かつお 厚揚げ かつお節 かまぼこ	牛乳 わかめ	人参 小松菜 ねぎ	梅 こんにゃく しめじ 玉ねぎ えのきたけ	麦ごはん 砂糖 でん粉	油 ごま油		734	

※18(水)、26(木)に使用の『エッグケアマヨネーズ』は、卵不使用のものです。

※都合により献立内容は、変更になることがあります。