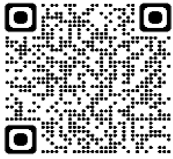


令和6年8・9月分学校給食基準献立予定表

中学校

給食実施日は学校、学年ごとに異なりますので、学校からの配布物等でご確認ください。
給食費口座引落日：9月分は9月30日(月)です。残高不足にご注意ください。



横須賀市ホームページ
【給食費】

Aコース

日/曜	献立名	体内での働きと材料の種類						調味料など	栄養価	
		主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群			
8/28 (水)	麦ごはん 牛乳 とり肉の甘酢だれ ごまあえ みそ汁	鶏肉 油揚げ みそ	牛乳	ほうれん草 人参	キャベツ もやし えのきたけ	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 片栗粉 砂糖 じゃがいも	米油 ごま	酒 しょうゆ 酢 かつお節	819	31.7
29 (木)	ビビンバ 牛乳 トックスープ 日向夏ゼリー	豚ひき肉 とりレバー 大豆ミート みそ 鶏肉	牛乳	小松菜 人参	長ねぎ しょうが にんにく もやし 大根	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 トック 日向夏ゼリー	米油 ごま油 ごま	しょうゆ 酒 一味唐辛子 チキンスープ 塩 こしょう	829	34.3
30 (金)	麦ごはん 牛乳 豚肉と生揚げのオイスターソース炒め わかめサラダ ビーフンスープ	豚肉 生揚げ 鶏肉	牛乳 わかめ	にら 人参 ほうれん草	もやし しょうが にんにく キャベツ きゅうり	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 片栗粉 ビーフン	ごま油 サラダ油	しょうゆ オイスターソース 酒 チキンスープ 塩 こしょう	779	32.6
9/2 (月)	麦ごはん 牛乳 ほっけフライ 五目豆 吉野汁	ほっけフライ 大豆 豚肉 鶏肉	牛乳 切り昆布	人参 小松菜	大根 長ねぎ えのきたけ	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) こんにゃく 砂糖 片栗粉	米油	中濃ソース しょうゆ かつお節 酒 塩	754	28
3 (火)	ごはん 牛乳 カレー肉じゃが 切り干し大根のサラダ みそ汁	豚肉 油揚げ みそ	牛乳	人参 小松菜	玉ねぎ グリーンピース 切り干し大根 もやし 大根 白菜 長ねぎ	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) じゃがいも 砂糖	米油 サラダ油 ごま油 ごま	しょうゆ 塩 カレー粉 酢 かつお節	767	27.3
4 (水)	ソフトフランス プルーン発酵乳 チキンフリカッセ スタンポット コールスローサラダ	鶏肉 ベーコン	プルーン 発酵乳 牛乳 生クリーム	ほうれん草 人参	玉ねぎ エリンギ マッシュルーム キャベツ きゅうり	ソフトフランス 米粉 じゃがいも	米油 サラダ油	ワイン チキンスープ 塩 こしょう ナツメグ ローリエ 乾燥パセリ 酢	804	37.6
5 (木)	タコライス 牛乳 わかめスープ	豚ひき肉 大豆ミート 鶏肉	牛乳 わかめ	トマト 人参	玉ねぎ にんにく キャベツ	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 米粉	米油 オリーブ油	ポークスープ トマトピューレ トマトケチャップ 中濃ソース ワイン しょうゆ 塩 こしょう チリパウダー ナツメグ チキンスープ	753	33.6
6 (金)	ごはん 牛乳 おろしソースハンバーグ ペペロンチーノ ジュリエンスープ	ハンバーグ ベーコン 鶏肉	牛乳	人参 小松菜	大根 玉ねぎ にんにく キャベツ	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 片栗粉 スパゲッティ	オリーブ油 米油	しょうゆ みりん 酒 塩 こしょう 一味唐辛子 乾燥パセリ チキンスープ	796	28.8
9 (月)	ごはん 牛乳 あじのかば焼き 浅漬け 豚汁	あじ 豚肉 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	人参	キャベツ 大根 きゅうり 玉ねぎ ごぼう	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) 片栗粉 砂糖 じゃがいも	米油 ごま	しょうゆ 塩 かつお節	788	32.1
10 (火)	麦ごはん 牛乳 とり肉の甘みそだれ 炒めビーフン 塩ちゃんこ汁	鶏肉 みそ ベーコン 豚肉 豆腐	牛乳	人参 ほうれん草	にんにく 玉ねぎ キャベツ もやし 大根 長ねぎ	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 米粉 ビーフン	ごま油 米油	酒 しょうゆ ポークスープ 塩 こしょう かつお節	799	33.6
11 (水)	キーマカレー 牛乳 もやしのサラダ	豚ひき肉 とりレバー 大豆ミート	牛乳	人参 トマト缶	玉ねぎ キャベツ グリーンピース 炒め玉ねぎ もやし きゅうり コーン	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) じゃがいも 米粉 砂糖	米油 サラダ油	ポークスープ カレー粉 ウスターソース 塩 ワイン ナツメグ しょうゆ 酢	838	32
12 (木)	ごはん 牛乳 メンチカツ 粉ふきいも 沢煮わん 味付けおかか	メンチカツ 豚肉 味付けおかか	牛乳	人参 小松菜	大根 白菜 干しいたけ	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) じゃがいも	米油	中濃ソース 塩 こしょう かつお節 しょうゆ みりん	865	27.4
13 (金)	麦ごはん 牛乳 とり肉のチリソース炒め 塩ナムル 中華スープ	鶏肉 豚肉	牛乳	小松菜 人参	玉ねぎ しょうが にんにく もやし キャベツ	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 片栗粉	米油 ごま油 ごま	トマトケチャップ 中濃ソース 塩 豆板醤 酢 ポークスープ こしょう しょうゆ	759	32.8

Aコース

日/曜	献立名	体内での働きと材料の種類						調味料など	栄養価	
		主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群			
17 (火)	豚丼 牛乳 月見汁 さつまいもと栗のタルト	豚肉 凍り豆腐 鶏肉	牛乳	人参 小松菜	玉ねぎ 大根	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) しらたき 砂糖 さといも 白玉もち さつまいもと栗のタルト	米油	しょうゆ 酒 かつお節 塩	925	36
18 (水)	麦ごはん 牛乳 いわしのたつた揚げ 野菜炒め さつま汁	いわし 豚肉 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	小松菜 人参	しょうが もやし キャベツ 大根	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 片栗粉 さといも	米油	しょうゆ 酒 ポークスープ 塩 こしょう かつお節	752	30.9
19 (木)	白マーボー豆腐丼 牛乳 ワンタンスープ	豆腐 豚ひき肉 鶏肉	牛乳	にら 人参 ほうれん草	にんにく しょうが 長ねぎ もやし キャベツ 玉ねぎ	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 片栗粉 ウェーブワンタン	ごま油	ポークスープ 塩 豆板醤 チキンスープ こしょう しょうゆ	755	33.1
20 (金)	ガーリックライス 牛乳 フェイジョアード ABCスープ ヨーグルト	金時豆 豚肉 ウインナー ベーコン 鶏肉	牛乳 ヨーグルト	人参	にんにく 玉ねぎ キャベツ コーン	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) マカロニ じゃがいも	米油	ポークスープ トマトケチャップ 中濃ソース 塩 こしょう ローリエ チキンスープ 乾燥パセリ	873	32.7
24 (火)	チーズパン 牛乳 かつおのたれカツ キャベツのガーリックソテー 野菜スープ	かつおフライ ウインナー 鶏肉	牛乳	ほうれん草 人参	キャベツ コーン にんにく 玉ねぎ 大根	チーズパン 砂糖 片栗粉	米油 オリーブ油	しょうゆ 酒 みりん ポークスープ 塩 こしょう チキンスープ	796	35.4
25 (水)	ハッシュドチキン 牛乳 ごまドレッシングサラダ	鶏肉	牛乳	人参	玉ねぎ 炒め玉ねぎ キャベツ もやし	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) じゃがいも 砂糖 米粉	米油 サラダ油 ごま ごま油	チキンスープ デミグラスソース トマトケチャップ 中濃ソース 塩 こしょう ナツメグ ワイン ローリエ しょうゆ 酢	806	25.6
26 (木)	中華丼 牛乳 春雨スープ	豚肉 うずら卵 鶏肉	牛乳	人参 小松菜	白菜 長ねぎ 干しいたけ しょうが にんにく 玉ねぎ	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 片栗粉 緑豆春雨	米油	塩 しょうゆ オイスターソース ポークスープ チキンスープ こしょう	754	30.9
27 (金)	さつまいもおこわ 牛乳 とり肉のから揚げ ゆずポン酢サラダ みそ汁 ごま塩	鶏肉 油揚げ みそ	牛乳	小松菜 人参	もやし 大根 キャベツ	米 もち米 強化米(Ca) 強化米(鉄) さつまいも 砂糖 片栗粉	米油 サラダ油 ごま塩	塩 こしょう ワイン しょうゆ 酢 ゆず果汁 かつお節	778	30.3
30 (月)	カレーライス 牛乳 いそあえ いよかんゼリー	豚肉	牛乳 のり	人参 ほうれん草	玉ねぎ にんにく しょうが 炒め玉ねぎ キャベツ もやし	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) じゃがいも 米粉 いよかんゼリー	米油	ポークスープ カレー粉 塩 ウスターソース トマトケチャップ しょうゆ ローリエ	809	26.8

※ 材料等の都合により、献立を変更する場合があります。

◎献立ひとくちメモ

17日(火) 月見汁

十五夜にちなんだメニューです。白玉もち、さといもが入った汁物です。

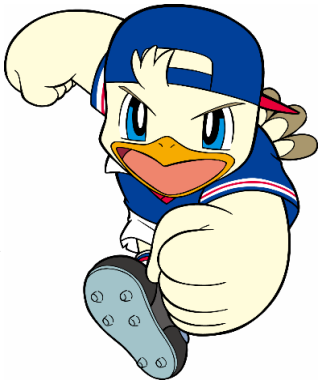
20日(金) フェイジョアード

豆と肉を煮込んだブラジルの代表的な家庭料理です。ブラジル出身の選手が活躍する、横須賀市のホームタウンチーム、横浜F・マリノスの応援献立です。

◎地場産物の使用予定

9日(月) 豚汁:豚肉ー神奈川県産

30日(月) いそあえ:のりー市内走水産



©1992 Y .MARINOS

コース別学校一覧

Aコース・・・追浜 鷹取 田浦 坂本 不入斗 常葉 公郷 大矢部 大津 長井 武山 大楠

Bコース・・・池上 衣笠 馬堀 浦賀 鴨居 岩戸 久里浜 神明 野比 北下浦 長沢

横須賀市学校給食センター 〒238-0032 横須賀市平作5-28-10 電話 046-850-1276(中学校給食担当) 046-850-1272(給食費担当)	横須賀 給食	検索
	横須賀市 ホームページ 【献立表・レシピ】	