



令和7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、学校からの通知等でご確認ください。

給食費口座引落日：8・9月分は9月30日(火)です。残高不足にご注意ください。

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	たんぱく質
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		(kcal)	(g)
8/28 (木)	キーマカレー 牛乳 もやしのサラダ 日向夏ゼリー	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	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) じゃがいも 米粉 砂糖 日向夏ゼリー	米油 サラダ油 ごま	ワイン ポークスープ カレー粉 ウスターソース 塩 ナツメグ しょうゆ 酢	871	32.2
29 (金)	麦ごはん 牛乳 とり肉の甘酢だれ ごまあえ 大豆のふわふわ汁	鶏肉 豚肉 豆腐 大豆フレーク	牛乳	人参 小松菜	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	米油 ごま	酒 しょうゆ 酢 かつお節 塩	828	34.9
9/1 (月)	麦ごはん 牛乳 とり肉とじゃがいものケチャップあえ 塩ナムル 肉団子のスープ	鶏肉 肉団子	牛乳	小松菜 人参	炒め玉ねぎ もやし 長ねぎ キャベツ	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) じゃがいも 砂糖 片栗粉	米油 ごま油	トマトケチャップ 中濃ソース 塩 こしょう 酢 ポークスープ しょうゆ	793	28.2
2 (火)	豚すき丼 牛乳 だんご汁	豚肉 凍り豆腐 鶏肉	牛乳	人参 小松菜	白菜 長ねぎ 大根	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) しらたき 砂糖 白玉もち	米油	しょうゆ 酒 かつお節 塩 みりん	787	32.9
3 (水)	ごはん 牛乳 さわらのカレー揚げ 野菜炒め 豚汁	さわら ウインナー 豚肉 油揚げ みそ	牛乳	小松菜 人参	もやし キャベツ 大根 長ねぎ	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) 片栗粉 砂糖 じゃがいも	米油	しょうゆ 酒 みりん カレー粉 ポークスープ 塩 こしょう かつお節	885	37.7
4 (木)	中華丼 牛乳 わかめスープ もものタルト	豚肉 うずら卵 鶏肉	牛乳 わかめ	人参	白菜 長ねぎ 干しいたけ しょうが にんにく	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 片栗粉 もものタルト	米油 ごま	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	830	30.3
5 (金)	麦ごはん 牛乳 とり肉の塩にんにくから揚げ ゆずポン酢サラダ みそ汁	鶏肉 油揚げ みそ	牛乳 わかめ	人参	にんにく キャベツ もやし 切り干し大根 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 サラダ油	塩 こしょう 酒 しょうゆ 酢 ゆず果汁 かつお節	812	30.9
8 (月)	ビビンバ 牛乳 トックスープ	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	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	786	33.4
9 (火)	ごはん 牛乳 カレー肉じゃが 切り干し大根のサラダ 吉野汁	豚肉 鶏肉	牛乳	人参 小松菜	玉ねぎ 長ねぎ グリーンピース 切り干し大根 もやし 大根 えのきたけ	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) じゃがいも 砂糖 こんにやく 片栗粉	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 酒	761	27.8
10 (水)	麦ごはん 牛乳 てり焼きハンバーグ 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	玉ねぎ にんにく キャベツ	米 麦 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 塩 こしょう 一味唐辛子 乾燥パセリ チキンスープ	783	28.1
11 (木)	麦ごはん 牛乳 メンチカツ 粉ふきいも 沢煮わん	メンチカツ 豚肉	牛乳	人参 小松菜	大根 白菜 干しいたけ	米 麦 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	812	24.8
12 (金)	タコライス 牛乳 春雨スープ	豚ひき肉 大豆ミート 鶏肉	牛乳	トマト 人参 小松菜	玉ねぎ にんにく キャベツ もやし	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 米粉 緑豆春雨	米油 オリーブ油	ポークスープ トマトビュレ 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	773	33.4

※ 材料等の都合により、献立を変更する場合があります。

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



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	たんぱく質
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		(kcal)	(g)
16 (火)	ガーリックライス 牛乳 フェイジョアーダ 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	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	852	32.3
17 (水)	麦ごはん 牛乳 豚肉のしょうが炒め ごま入りおひたし 野菜スープ	豚肉 鶏肉 豆腐	牛乳	小松菜 人参	玉ねぎ しょうが キャベツ もやし えのきたけ	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 片栗粉	米油 ごま	しょうゆ みりん チキンスープ 塩 こしょう	765	34.5
18 (木)	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	ワイン 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 ローリエ しょうゆ 酢	803	25.6
19 (金)	ごはん 牛乳 とり肉のから揚げ 炒めビーフン 塩ちゃんこ汁	鶏肉 ベーコン 豚肉 豆腐	牛乳	人参 ほうれん草	玉ねぎ キャベツ もやし 大根 長ねぎ	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) 片栗粉 ビーフン	米油	塩 こしょう ワイン 酒 ポークスープ しょうゆ かつお節	823	32.7
22 (月)	黒パン 牛乳 チキンチャップ コールスローサラダ いりどりスープ	鶏肉 ウインナー	牛乳 わかめ	人参 小松菜	にんにく 炒め玉ねぎ キャベツ きゅうり 玉ねぎ コーン	黒パン 砂糖 米粉 片栗粉	米油 サラダ油	トマトケチャップ ウスターソース 塩 ワイン こしょう 酢 ポークスープ しょうゆ	787	36.4
24 (水)	麦ごはん 牛乳 ほっけのたれカツ 五目豆 みそ汁	ほっけフライ 大豆 豚肉 みそ	牛乳 切り昆布	人参 小松菜	玉ねぎ もやし えのきたけ	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 こんにやく じゃがいも	米油	しょうゆ 酒 みりん かつお節	751	25.6
25 (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 小松菜	にんにく しょうが 長ねぎ もやし キャベツ	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	758	33.7
26 (金)	ひき肉とさつまいものごはん 牛乳 とり肉の甘みそだれ 浅漬け 中華スープ	豚ひき肉 鶏肉 みそ ベーコン	牛乳 わかめ	人参	にんにく キャベツ 大根 長ねぎ	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) さつまいも 砂糖 米粉	ごま油 ごま	しょうゆ 塩 みりん 酒 チキンスープ	776	32.6
29 (月)	カレーライス 牛乳 いそあえ 豆乳プリンタルト	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 米粉 強化米(Ca) 強化米(鉄) 強化米(鉄) じゃがいも 豆乳プリンタルト	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	881	27.6
30 (火)	ごはん 牛乳 あじのかば焼き からしあえ さつま汁	あじ 鶏肉 油揚げ 豆腐 みそ	牛乳	小松菜 人参	白菜 もやし 大根 長ねぎ	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) 片栗粉 砂糖 こんにやく さといも	米油	しょうゆ からし粉 かつお節	777	32.8

◎献立ひとくちメモ

16日(火) フェイジョアーダ

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。

26日(金) ひき肉とさつまいものごはん

新献立です。季節のさつまいもを入れた炊き込みご飯です。

29日(月) カレーライス・いそあえ 30日(火) あじのかば焼き

市立中学校完全給食開始4周年を祝う献立です。今年度は、令和3年9月29日(月)の開業初日のAコースのカレーライス、Bコースのあじのかば焼きといそあえを組み合わせた献立です。



©1992 Y.MARINOS

◎地場産物の使用予定

3日(水) 豚汁: 豚肉一神奈川産

29日(月) いそあえ: のりー市内走水産

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(給食費管理担当)

