

令和8年9月分学校給食基準献立予定表

Eブロック

日/曜	こ ん だ て 名	体内での働きと材料の種類			調味料など	平均栄養価	
		(黄) おもに働く 力になる	(赤) おもに体を つくる	(緑) おもに体の 調子をととのえる		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
1 (火)	黒パン 牛乳 さつまいものグラタン もやしのサラダ	パン マカロニ さつまいも 油 バター 小麦粉 パン粉 さとう サラダ油 ごま	牛乳 とり肉 ベーコン チーズ 調理用牛乳 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ ほうれん草 もやし きゅうり コーン	濃縮スープ 塩 こしょう しょうゆ 酢	675	27.4
2 (水)	カレーライス 牛乳 わかめサラダ	米 麦 油 じゃがいも 小麦粉 サラダ油	ぶた肉 牛乳 わかめ	にんじん たまねぎ にんにく しょうが キャベツ	酒 カレー粉 濃縮スープ 塩 トマトケチャップ ソー ス しょうゆ ローリエ	641	19.8
3 (木)	ごはん 牛乳 揚げじゃがいものそぼろ煮 塩ナムル ひじきのつくだ煮	米 じゃがいも 油 さとう かたくり粉 ごま油	牛乳 ぶたひき肉 ひじきつくだ煮	もやし にんじん 小松菜	しょうゆ 酒 酢 塩	619	18.8
4 (金)	こぎつねずし 牛乳 とりたま煮 おひたし	米 麦 さとう ごま	油揚げ 牛乳 とり肉 うずら卵水煮	にんじん しょうが キャベツ 小松菜	酒 塩 酢 しょうゆ かつお節	644	28.1
7 (月)	食パン 牛乳 ★肉団子のスープ ジャーマンポテト ジャム	パン かたくり粉 緑豆はるさめ じゃがいも 油 りんごジャム	牛乳 肉だんご ベーコン	にんじん たまねぎ キャベツ 小松菜	濃縮スープ 塩 しょうゆ こしょう	570	20.3
8 (火)	ガパオライス 牛乳 ごまマヨネーズサラダ	米 麦 油 さとう ごま 卵めきマヨネーズ	ぶたひき肉 大豆ミート 牛 乳	たまねぎ ピーマン にんにく キャベツ にんじん ほうれん草	酒 しょうゆ オイスターソース みり ん 塩 こしょう 乾燥パ ジル からし粉 酢	574	22.2
9 (水)	ソース焼きそば 牛乳 揚げ大豆 タルト	むしめん 油 かたくり粉 もものタルト	ぶた肉 牛乳 大豆	にんじん たまねぎ もやし キャベツ	塩 こしょう ソース	630	26.1
10 (木)	麦ごはん 牛乳 タッカルビ もやしのあえもの	米 麦 油 さつまいも トック さとう ごま油 ごま	牛乳 とり肉 みそ	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが にんにく もやし ほうれん草	酒 しょうゆ 豆板醤	618	20.9
11 (金)	ごはん 牛乳 とり肉と凍り豆腐の揚げ煮 みそ汁	米 かたくり粉 油 さとう ごま	牛乳 とり肉 凍り豆腐 ぶた肉 油揚げ みそ	しょうが 長ねぎ にんじん たまねぎ もやし 小松菜	しょうゆ 酒 みりん かつお節	708	27.1
14 (月)	豚キムチ丼 発酵乳 ビーフンサラダ	米 麦 油 さとう かたくり粉 ビーフン ごま油 サラダ油	ぶた肉 発酵乳	にんじん たまねぎ しょうが にんにく には はくさいキムチ キャベツ ほうれん草 コーン	酒 しょうゆ 塩 こしょう オイスターソース 酢	561	21.2
15 (火)	コッペパン 牛乳 とり肉とマカロニのトマト煮 キャラメルポテト	パン マカロニ 油 さとう 小麦粉 さつまいも 三温糖 バター	牛乳 とり肉	たまねぎ にんじん キャベツ ダイストマト	塩 トマトケチャップ こしょう ソース	670	24.9
16 (水)	あじのたれカツ丼 牛乳 呉汁	米 小麦粉 パン粉 油 さとう	あじ 牛乳 大豆 とり肉 みそ	にんじん だいこん 長ねぎ 小松菜	塩 こしょう しょうゆ 酒 みりん かつお節	628	25.0
17 (木)	ぶどうパン 牛乳 タンドリーチキン ABCスープ	パン マカロニ じゃがいも	牛乳 とり肉 ヨーグルト ぶた肉	にんにく しょうが にんじん たまねぎ キャベツ コーン	塩 こしょう カレー粉 トマトケチャップ 濃縮スープ	582	30.0
18 (金)	中華風たきこみごはん 牛乳 揚げギョウザ 塩だれ野菜	米 麦 ごま油 さとう 油 ごま	ぶた肉 牛乳 ギョウザ	しょうが にんじん 干しいたけ もやし グリーンピース キャベ ツ きゅうり にんにく	酒 塩 しょうゆ こしょう	568	17.7

★印は新献立

地場産物の使用予定

2日(水)カレーライス:豚肉 神奈川県



日/曜	こ ん だ て 名	体内での働きと材料の種類			調味料など	平均栄養価	
		(黄) おもに働く 力になる	(赤) おもに体を つくる	(緑) おもに体の 調子をととのえる		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
24 (木)	あんかけごはん 牛乳 あべかわだんご	米 油 さとう かたくり粉 白玉もち	ぶた肉 牛乳 きなこ	にんじん はくさい 長ねぎ しょうが 干しいたけ 小松菜	酒 かつお節 塩 しょうゆ オイスターソース	614	20.4
25 (金)	ミートソーススパゲッティ 牛乳 マヨネーズサラダ ヨーグルト	スパゲッティ サラダ油 油 さとう 米粉 卵ぬきマヨネーズ	ぶたひき肉 大豆ミート 牛 乳 ヨーグルト	にんじん たまねぎ グリンピース キャベ ツ コーン	塩 トマトケチャップ トマトピューレ ソース こしょう ナツメグ ローリエ 酢	630	26.1
28 (月)	麦ごはん 牛乳 豚肉のみそ炒め さっぱりあえ	米 麦 油 トック さとう かたくり粉	牛乳 ぶた肉 みそ	たまねぎ しょうが にんにく キャベツ にんじん 小松菜	酒 しょうゆ 豆板醤 塩 酢	607	23.2
29 (火)	ふきよせおこわ 牛乳 いわしのこはく揚げ ごまあえ	米 麦 もち米 さつまいも かたくり粉 油 ごま さとう	油揚げ 牛乳 いわし みそ	にんじん しめじ えだ豆 しょうが キャベツ ほうれん草	酒 しょうゆ 塩 かつお節	571	19.6
30 (水)	チーズパン 牛乳 とり肉の甘酢だれ ワンタンスープ	パン かたくり粉 油 さとう ウェーブワンタン	牛乳 とり肉 ぶた肉	にんじん たまねぎ キャベツ 小松菜	塩 こしょう しょうゆ 酢 濃縮スープ	607	30.3

学校行事等により献立を変更したり、お休みしたりすることがあります。

14日(月):豚キムチ丼

横浜F・マリノス応援献立としてマリノスカラーである赤(キムチ)、白(ビーフン)、青(発酵乳)を取り入れた献立「豚キムチ丼」を提供します。

豚キムチは動きやすい体を作るコンディションづくりにもぴったりのメニューです。

©1992 Y.MARTINS



加工食品の食物アレルギー原因食物について

献立名	食材名	特定原材料								特定原材料に準ずるもの
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	
黒パン	パン		○	○						大豆
食パン	パン		○	○						大豆
ぶどうパン	パン		○	○						大豆
コッペパン	パン		○	○						大豆
チーズパン	パン		○	○						大豆
ソース焼きそば	むしめん			○						大豆
発酵乳	発酵乳		○							大豆
ヨーグルト	ヨーグルト		○							
肉団子のスープ	肉だんご									大豆・鶏肉・豚肉
豚キムチ丼	はくさいキムチ			○						大豆・さば・りんご
揚げギョウザ	ギョウザ			○						大豆・豚肉
さつまいものグラタン	ベーコン									豚肉
ジャーマンポテト	ベーコン									豚肉
ひじきのつくだ煮	ひじきつくだ煮			○						大豆・ごま
ジャム	りんごジャム									りんご
タルト	もものタルト									大豆・もも

※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品目のみ記載しています。

横須賀市教育委員会学校食育課
〒238-0032 横須賀市平作5-28-10
電話 046-850-1274 (給食運営担当) 046-850-1272 (給食費管理担当)

