

令和8年度



予定献立表

鳥羽市学校給食単独校

日 曜	献立名	赤の食品 (1・2群) おもに体をつくる	緑の食品 (3・4群) おもに体の調子を整える	黄の食品 (5・6群) おもにエネルギーになる	調味料・その他
10 金	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
	いりどうふ	とうふ とりにく ちくわ たまご	こんにゃく にんじん たまねぎ ねぎ	さとう あぶら	さけ しょうゆ けずりぶし
	パンサンスー	ハム	きゅうり キャベツ にんじん	ピーファン ごまあぶら さとう ごま	す しょうゆ しお
13 月	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
	じゃがいものそぼろに	とりにく	たまねぎ にんじん しいたけ さやいんげん こんにゃく	じゃがいも あぶら さとう かたくりこ	しょうゆ みりん けずりぶし
	ごもくごまあえ	あぶらあげ	こまつな はくさい えのきたけ にんじん	さとう ごま	しょうゆ
14 火	ちらしずし ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう あぶらあげ たまご	にんじん れんこん ほししいたけ きぬさや	むぎごはん あぶら さとう	す しょうゆ しお みりん
	すましじる		えのきたけ こまつな ねぎ	ふ	しょうゆ しお けずりぶし
	みかんゼリー			ゼリー	
15 水	コッペパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		パン	
	クリームシチュー	とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん しめじ	じゃがいも バター こむぎこ あぶら	コンソメ しお こしょう
	コーンサラダ		キャベツ コーン もやし にんじん	あぶら さとう	す しょうゆ
16 木	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
	やきにくふういため	ぶたにく	しょうが にんにく たまねぎ にんじん エリンギ ピーマン こんにゃく	あぶら さとう ごま ごまあぶら かたくりこ	トウバンジャン こしょう しょうゆ ちゅうかだし さけ
	かきたまじる	たまご	えのきたけ こまつな たまねぎ にんじん	かたくりこ	しょうゆ しお けずりぶし
17 金	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
	マーボーどうふ	ぶたにく とうふ みそ	たまねぎ にんじん ねぎ しょうが にんにく	さとう かたくりこ あぶら ごまあぶら	さけ しょうゆ ちゅうかだし
	もやしのナムル	わかめ	もやし きゅうり にんじん	ごまあぶら	しょうゆ しお
20 月	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
	チキンカレー	とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん	じゃがいも あぶら	カレールウ こしょう しお ケチャップ ウスターソース
	フルーツのヨーグルトあえ	ヨーグルト	もも パイン バナナ りんご		
21 火	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
	さかなのカラフルやき	さわら	コーン にんじん ねぎ	マヨネーズ	さけ しお こしょう
	だいずのいそに	だいず ぶたにく ひじき あつあげ	にんじん こんにゃく ねぎ ごぼう	さとう	さけ しょうゆ みりん けずりぶし
22 水	コッペパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		パン	
	ピザポテトやき	ウインナー チーズ	コーン たまねぎ ピーマン しめじ	じゃがいも あぶら	しお こしょう ケチャップ
	クリームスープ	ハム ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん キャベツ	バター こむぎこ	コンソメ しお こしょう
23 木	たけのこごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう あぶらあげ	たけのこ にんじん	むぎごはん さとう	しょうゆ さけ けずりぶし
	ちくわのいそべあげ	ちくわ たまご あおのり		こむぎこ あぶら	しお
	あおさのみそじる	あおさ とうふ みそ	ねぎ だいこん えのきたけ		けずりぶし
24 金	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
	ホイコーロー	ぶたにく みそ	キャベツ にんじん たまねぎ こんにゃく ピーマン	さとう あぶら	さけ しょうゆ
	たまごとコーンのスープ	たまご とうふ	コーン たまねぎ こまつな	あぶら	ちゅうかだし しお こしょう しょうゆ
27 月	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
	とりにくのからあげ ゆでやさい	とりにく	しょうが キャベツ にんじん	かたくりこ あぶら	しお こしょう しょうゆ さけ
	だいこんのみそじる	あぶらあげ みそ	だいこん たまねぎ にんじん ねぎ		けずりぶし
28 火	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
	てづくりしゅうまい	ぶたにく	たまねぎ ねぎ しょうが	しゅうまいのかわ ごまあぶら	さけ しょうゆ しお こしょう
	あつあげとだいこんのもの	あつあげ	だいこん にんじん こんにゃく	さとう	しょうゆ みりん けずりぶし さけ
29 水	(しょうわのひ) (昭和の日)				
30 木	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
	こうやどうふのたまごとじ	こうやどうふ たまご	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ	さとう	しょうゆ しお けずりぶし
	ごますあえ	ハム	キャベツ にんじん きゅうり	さとう ごま ごまあぶら	しょうゆ す

都合により献立を変更させていただくことがありますので、ご了承ください。