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
4	水	コッペパン　ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		パン	
		ツナサンド（ぐ）	ツナ	たまねぎ　きゅうり	マヨネーズ	しお　こしょう
		キャベツのクリームスープ	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
5	木	むぎごはん　ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		さといものにもの	ぶたにく	だいこん　こんにゃく にんじん　しいたけ	さとう	さけ　けずりぶし しょうゆ　みりん
		ごまずあえ	ハム	キャベツ　きゅうり　にんじん	ごまあぶら さとう ごま	す　しょうゆ
6	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
9	月	むぎごはん　ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		ポークチャップ	ぶたにく	にんにく　しょうが　たまねぎ にんじん　しめじ　ピーマン	あぶら　さとう	ケチャップ ウスターソース
		ちゅうかスープ		にんじん　こまつな　だいこん	かたくりこ	しょうゆ　とりがらだし
10	火	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　りんご　バナナ		
11	水	こめこいりパン　ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		パン	
		てづくりハンバーグ	ぎゅうにく　ぶたにく たまご　ぎゅうにゅう	たまねぎ	パンこ　あぶら	しお　ウスターソース こしょう　ケチャップ
		ボイルキャベツ		キャベツ		しお
		やさいのスープに	ウインナー	はくさい　にんじん だいこん　たまねぎ		しょうゆ　こしょう コンソメ
12	木	むぎごはん　ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		さかなのホイルやき	さけ	たまねぎ　にんじん えのきたけ　ねぎ	バター	しょうゆ　さけ
		あらめのにもの	ぶたにく　あらめ あぶらあげ	ごぼう　にんじん　ねぎ こんにゃく	さとう	しょうゆ　みりん けずりぶし
13	金	むぎごはん　ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		おやこに	とりにく　たまご	たまねぎ　にんじん　ねぎ	さとう	さけ　けずりぶし　しょうゆ　みりん
		わふうサラダ	ちくわ　わかめ	キャベツ　にんじん きゅうり	ごま　さとう	す　しょうゆ　しお
16	月	むぎごはん　ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		かつおとだいずのケチャップに	かつお　だいず	しょうが	さとう　あぶら　ごま かたくりこ	しょうゆ　ケチャップ ウスターソース
		しるビーフン		にんじん　こまつな　たまねぎ ほししいたけ　コーン	ビーフン	しょうゆ　とりがらだし
17	火	わかめごはん　ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう　わかめ		むぎごはん	
		にこみうどん	ぶたにく　かまぼこ あぶらあげ	たまねぎ　にんじん　ねぎ	うどん	しょうゆ　みりん けずりぶし　さけ
		じゃこいりだいこんサラダ	しらすぼし	だいこん　こまつな　コーン にんじん	さとう　ごまあぶら	しお　しょうゆ　す
18	水	コッペパン　ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		パン	
		ぶたにくのトマトにこみ	ぶたにく	たまねぎ　しめじ　トマト にんにく　パセリ	じゃがいも　さとう	ケチャップ　こしょう しお　ウスターソース
		キャベツとチーズのサラダ	チーズ　ハム	キャベツ　きゅうり	マヨネーズ	しお　こしょう
19	木	**【長崎天ぷら】・・・長崎県の郷土料理です。**（ながさきてん　ながさきけん　きょうどりょうり）				
		むぎごはん　ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		ながさきてんぷら	さわら　たまご		こむぎこ　さつまいも あぶら	さけ　しょうゆ しお
		だいこんのそぼろに	とりにく　あぶらあげ	だいこん　にんじん　ねぎ こんにゃく　たまねぎ	さとう　かたくりこ	けずりぶし　みりん さけ　しょうゆ
20	金	**【伊勢志摩国立公園指定80周年記念給食】伊勢志摩で有名なパールポークとあおさを使った献立です。ゼリーは海をイメージした青いゼリーです。**（いせしま　こくりつこうえんしてい　しゅうねんきねんきゅうしょく　いせしま　ゆうめい　つか　こんだて　うみ　あお）				
		むぎごはん　ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		パールポークのジンジャーソテー	**パールポーク**	たまねぎ　にんじん　ピーマン しょうが　こんにゃく	さとう　あぶら	しょうゆ　さけ　しお みりん　こしょう
		あおさいりたまごスープ	**あおさ**　たまご	たまねぎ　にんじん　ねぎ えのきたけ	かたくりこ	しょうゆ　こしょう しお　ちゅうかだし
		ソーダフロートゼリー			ゼリー	
24	火	むぎごはん　ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		とりにくのみそやき	とりにく　みそ	たまねぎ　にんにく	さとう　ごま	しょうゆ　みりん　す さけ　トウバンジャン
		ゆでやさい		キャベツ　コーン	しお	
		すましじる		えのきたけ　こまつな　ねぎ	ふ	けずりぶし　しお しょうゆ
25	水	シュガーバタートースト	ぎゅうにゅう		パン　さとう　バター	
		ポトフ	ウインナー	たまねぎ　にんじん ブロッコリー	じゃがいも	コンソメ　しお こしょう
		コーンサラダ		コーン　キャベツ　もやし にんじん	あぶら　さとう	す　しょうゆ
26	木	むぎごはん　ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		キムチなべ	ぶたにく　みそ　ちくわ あぶらあげ	にんじん　だいこん　はくさい はくさいキムチ　しめじ		さけ　しょうゆ けずりぶし
		れんこん&さつまいもチップス		れんこん	さつまいも　あぶら	しお
27	金	むぎごはん　ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		さんまのひものやき	さんま			
		ごまあえ		こまつな にんじん えのきたけ	ごま　さとう	しょうゆ
		みそしる	わかめ　あぶらあげ　みそ	だいこん　にんじん　ねぎ		けずりぶし
30	月	むぎごはん　ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		ポークチャップ	ぶたにく	にんにく　しょうが　たまねぎ にんじん　しめじ　ピーマン	あぶら　さとう	ケチャップ ウスターソース
		ちゅうかスープ		にんじん　こまつな　だいこん	かたくりこ	しょうゆ　とりがらだし

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。