



8・9月の献立表

新座市立第二中学校

日付	曜日	飲物	こ ん だ て	お も な 食 品	1人あたり (kcal)
30	水	シ ョ ア	ドライカレー	米 麦 豚肉 玉葱 人参 にんにく しょうが 塩 こしょう ワイン 砂糖 醤油 ウ スターソース トマトケチャップ サラダ油 小麦粉 カレー粉	716 32.1
			小松菜サラダ	ハム 小松菜 コーン キャベツ 人参 レモン汁 こしょう 醤油 からし	
			ショア ピーチ	ショア ピーチ(桃果汁 脱脂粉乳 砂糖 乳酸カルシウム ペクチン 香料 VD)	
31	木	牛 乳	食パン いちごジャム	食パン(小麦粉 マーガリン 砂糖 脱脂粉乳 イースト 塩 VC) いちごジャム(い ちご 砂糖 水あめ ゲル化剤 酸味料)	738 36.5
			鮭のムニエルマスタードソース	ます 塩 こしょう 白ワイン 小麦粉 サラダ油 粒マスタード クリーム レモン汁	
			チキンサラダ	鶏肉 キャベツ きゅうり 人参 玉葱 砂糖 塩 こしょう 酢	
1	金	牛 乳	鶏ねぎ丼	米 麦 鶏肉 長ねぎ 玉ねぎ 青ピーマン 赤ピーマン 糸こんにゃく サラダ油 醤油 砂糖 みりん 酒 一味唐辛子	776 30.8
			ジャコと大根のサラダ	ちりめんじゃこ 大根 きゅうり 人参 醤油 酢 砂糖 塩 サラダ油	
4	月	牛 乳	冷やしきつねうどん	うどん 油揚げ しいたけ 長ネギ なんと 小松菜 砂糖 酒 みりん 醤油 だし昆布 かつお節	831 36.5
			いかの天ぷら ピーチゼリー	いか 鶏卵 小麦粉 サラダ油 ピーチゼリー(白桃果汁 ぶどう糖果糖液糖 水飴 ゲル化剤 クエン酸 クエン酸Na 香料)	
5	火	牛 乳	ゆかりご飯	米 麦 ゆかり	729 29.9
			和風ハンバーグ わかめと大根のサラダ	豚肉 鶏卵 鶏卵 豆腐 玉ねぎ こねぎ 切干大根 パン粉 塩 こしょう 片栗粉 わかめ 人参 きゅうり 大根 醤油 砂糖 酢 ごま油	
6	水	牛 乳	キムチチャーハン	米 麦 豆腐 豚肉 長ねぎ 人参 干しいたけ にんにく しょうが サラダ油 酒 醤油 豆板醤 砂糖 甜麺醤 鳥がら 片栗粉 ごま油	767 29.7
			ワンタンスープ ソフール(プレーン)	豚肉 人参 大豆もやし 長ネギ ワンタン 塩 こしょう 醤油 酒 ごま油 鶏がら ソフール(脱脂粉乳 クリーム ぶどう糖果糖液糖 砂糖 全粉乳 ゼラチン 寒天 香料)	
7	木	牛 乳	スパゲッティ茄子入りミートソース	スパゲッティ 豚肉 鶏肉 人参 玉葱 セロリー マッシュルーム にんにく しょうが 赤ワイン トマトピューレ トマトケチャップ 中濃ソース ウスターソース 塩 こしょ う 醤油 小麦粉 サラダ油 ナツメグ	829 34.0
			チーズサラダ	チーズ キャベツ きゅうり 人参 サラダ油 醤油 砂糖 酢 塩 こしょう ごま	
8	金	牛 乳	きのこの炊込みご飯	米 麦 サラダ油 干しいたけ しめじ まいたけ 人参 油揚げ 醤油 酒 砂糖 塩 みつばご き	787 30.4
			ぶりの照り煮風 胡麻和え	ぶり しょうが 酒 醤油 片栗粉 サラダ油 砂糖 みりん もやし 人参 小松菜 醤油 ごま油 砂糖	
11	月	牛 乳	きな粉揚げパン	米粉パン(米粉 小麦粉 砂糖 ショートニング イースト 脱脂粉乳 塩 VC) きな粉 砂糖 塩 サラダ油	838 34.6
			豆腐入り肉団子スープ	鶏肉 豚肉 鶏卵 豆腐 切干大根 干しいたけ 人参 玉葱 キャベツ 春雨 塩 こしょう しょうが 酒 片栗粉 醤油 鳥がら	
			カルピスゼリー	粉寒天 砂糖 カルピス ゼラチン 甘夏缶	
12	火	牛 乳	中華丼	米 麦 鳥がら サラダ油 豚肉 しょうが にんにく 人参 玉葱 筍 干しいたけ きくらげ 白菜 えび いか 塩 チンゲン菜 うずら卵 砂糖 醤油 酒 塩 こしょう ごま油 オイスターソース 片栗粉	740 31.5
			春雨サラダ	ハム 大豆もやし きゅうり 人参 春雨 醤油 酢 砂糖 からし ごま油	
13	水	牛 乳	チキンライス	米 麦 バター 塩 サラダ油 玉葱 人参 マッシュルーム 鶏肉 赤ワイン トマト ピューレ トマトケチャップ 中濃ソース 醤油 こしょう パセリ	893 26.0
			ポテトコロッケ	じゃがいも 玉葱 豚肉 塩 こしょう 薄力粉 鶏卵 パン粉 サラダ油 中濃ソース	
			ほうれん草のソテー	ほうれん草 玉葱 人参 コーン サラダ油 にんにく 塩 こしょう	
14	木	牛 乳	カレーライス	米 麦 豚肉 玉葱 人参 じゃがいも にんにく しょうが 鳥がら 小麦粉 サラダ油 カレー粉 ウスターソース 醤油 はちみつ トマトケチャップ ガラムマサラ 塩 こしょう 赤ワイン	796 23.9
			シェルマカロニのサラダ	マカロニ きゅうり 人参 キャベツ 塩 こしょう サラダ油 はちみつ 粒マスタード	
15	金	牛 乳	ほうれん草とベーコンの和風スパゲッティ	スパゲッティ 唐辛子 にんにく ベーコン 玉葱 エリンギ しめじ ほうれん草 みり ん 塩 こしょう 醤油 刻みのみり	761 28.1
			カリカリサラダ	じゃがいも サラダ油 キャベツ ブロッコリー 人参 コーン 酢 醤油 塩 こしょう	
			Feヨーグルト	Feヨーグルト(砂糖 乳製品 パイン・りんご・ピーチ・オレンジ・みかん果汁 コーン 油 寒天 香料 クエン酸鉄Na)	
19	火	牛 乳	ごまだれ冷やし中華	中華めん ハム もやし きゅうり 人参 ごま油 豆板醤 にんにく 長ねぎ 酒 醤油 酢 砂糖 芝麻醬 白ごま けずり節	750 35.7
			笹かまぼこのりごま揚げ	笹かまぼこ 小麦粉 鶏卵 青のり 黒ごま サラダ油	
			サイダーゼリーボンチ	サイダー 砂糖 アガー パイン缶 黄桃缶	
20	水	牛 乳	さきたまライスボール	さきたまライスボール(米粉 小麦粉 砂糖 マーガリン 鶏卵 脱脂粉乳 イースト 小 麦たんぱく 食塩 VC)	745 34.5
			白身魚のラビゴットソースかけ	アブラガレイ 小麦粉 サラダ油 トマト 玉葱 パセリ 酢 塩 こしょう	
			ジャガ芋とキャベツのスープ	ウインナー 玉葱 人参 セロリー じゃが芋 キャベツ 白ワイン 塩 こしょう 醤油	
21	木	牛 乳	さつまいもご飯	米 麦 鶏肉 しめじ 人参 油揚げ 酒 醤油 みりん さつまいも 白ごま	756 30.1
			いわしの蒲焼	いわし 片栗粉 サラダ油 砂糖 みりん 醤油	
			おかか和え	かまぼこ もやし 小松菜 人参 醤油 ごま油 みりん 塩 かつお節	
22	金	牛 乳	炊き込みピビンバ	米 麦 豚肉 しょうが にんにく 長ネギ 豆板醤 人参 ほうれん草 もやし 酒 醤油 サラダ油 砂糖 みりん 酢 ごま油 ラー油 白ごま	733 26.6
			二色春巻	春巻きの皮 レバー入りウインナー チーズ 小麦粉 サラダ油	
26	火	牛 乳	ハッシュドポーク	米 麦 豚肉 玉葱 にんにく 赤ワイン マッシュルーム 鳥がら 中濃ソース 塩 こ しょう トマトケチャップ 醤油 トマトソース バター小麦粉 パセリ パプリカ	807 28.5
			ハムマリネサラダ	ハム キャベツ 玉葱 きゅうり 人参 オリーブ油 酢 塩 こしょう	
27	水	牛 乳	マーボー丼	米 麦 豆腐 豚肉 長ネギ 人参 干しいたけ にんにく しょうが サラダ油 酒 醤油 豆板醤砂糖 甜麺醤 鳥がら 片栗粉 ごま油	809 29.4
			野菜チップスと大根のサ ラダ	ごぼう にんじん さつまいも れんこん 醤油 酢 サラダ油 しょうが 砂糖 塩	
28	木	牛 乳	親子うどん	うどん 鶏肉 ほうれん草 わかめ 人参 長ネギ 鶏卵 酒 砂糖 みりん 醤油 塩 片栗粉 削り節(さば・かつお)	815 36.3
			かぼちゃのそぼろあんかけ	かぼちゃ しょうが 鶏肉 玉葱 酒 みりん 砂糖 醤油 塩 片栗粉 絹さや サラダ油	
29	金	牛 乳	キャベツメンチカツバーガー	子供パン(小麦粉 砂糖 ショートニング イースト 脱脂粉乳 塩 VC) 豚肉 鶏肉 玉葱 キャベツ きゅうり 塩 こしょう オールスパイス 鶏卵 パン粉 小麦粉 鶏卵 サラダ油 中濃ソース 酢	734 31.3
			五目春雨スープ	豚肉 人参 ほうれん草 筍 長ネギ 春雨 塩 こしょう 醤油 酒 ごま油 鳥がら	

●献立は変更する場合があります。●9月11日(月)に給食費・副教材費の引き落としがあります。ご協力お願いいたします。