

学校給食献立予定表

令和8年4月

福津市立福間東中学校

日付	献立名		牛乳	使われている食品と体内での主な働き						エネルギー(kcal)	
				主に体をつくるものになる		主に体の調子を整えるものになる		主にエネルギーのもとになる			たんぱく質(g)
				1群	2群	3群	4群	5群	6群		
8 (水)	山吹井 ポテトサラダ オレンジ	★	鶏肉 卵 豆腐 おさかなソー ガルパンソー	牛乳 しらす干し	人参 ほうれん草	玉ねぎ 椎茸 ★胡瓜 切干大根 オレンジ	米・麦・砂糖 じゃが芋 でんぷん	油 アーモンド マヨネーズ	881 32.1		
入 学 式											
10 (金)	チキンカレー フルーツヨーグルト	★	鶏肉 レバーそぼろ 金時豆	牛乳 脱脂粉乳 チーズ ヨーグルト	人参 枝豆	玉ねぎ 生姜 にんにく 黄桃 パイン みかん りんご	米・麦・砂糖 じゃが芋 マーマレード 薄力粉	油 バター	813 25.2		
13 (月)	さばの照り焼き おからの炒め煮 スタミナ豚汁	★	さば おから 天ぷら 鶏肉 豚肉 豆腐 ★みそ	牛乳	人参 ほうれん草 ねぎ かぼちゃ	生姜 椎茸 玉ねぎ キャベツ こんにやく にんにく	米・麦・砂糖	油	899 33.1		
14 (火)	フィレオチキンサンド (ケチャップ&マスタード) 元気サラダ クラムチャウダー	★	フィレオチキン おさかなソー ベーコン 花かつお あさり	牛乳 脱脂粉乳 塩吹き昆布	人参 ほうれん草	★キャベツ 胡瓜 コーン 玉ねぎ マッシュルーム	パン じゃが芋 砂糖 米粉	油 バター アーモンド	788 35.1		
15 (水)	五目煮 いわしの生姜煮 マカロニサラダ	★	鶏肉 高野豆腐 大豆 天ぷら 厚揚げ 鰯生姜煮 オーシャンキング	牛乳 野菜昆布	人参 いんげん	椎茸 ★胡瓜 コーン	米・麦・砂糖 じゃが芋 マカロニ でんぷん	油 マヨネーズ	845 30.4		
16 (木)	手作り卵焼き 切干大根の炒め煮 けんちん汁	★	卵 鶏肉 天ぷら ひきわり大豆 豆腐	牛乳	人参 小松菜 ★ねぎ	玉ねぎ たけのこ 切干大根 糸こんに ★キャベツ ★大根 生姜	米・麦・砂糖 じゃが芋 でんぷん	油 ごま マヨネーズ	800 29.6		
17 (金)	照焼きハンバーグ ひじきのカレー炒め ミルクスープ	★	ハンバーグ 豚肉 ベーコン	牛乳 ひじき	人参 ほうれん草 枝豆	玉ねぎ もやし 生姜 えのき	米・麦・砂糖 じゃが芋 でんぷん	油 アーモンド	761 27.0		
20 (月)	麻婆豆腐 マロニーの酢物 りんご	★	豚肉 豆腐 レバーそぼろ レンズ豆 赤だし オーシャンキング	牛乳 しらす干し	人参 ねぎ	玉ねぎ 生姜 にんにく 椎茸 木耳 ★キャベツ 胡瓜 りんご	米・麦・砂糖 マロニー でんぷん	油 ごま ごま油	793 32.1		
21 (火)	トマトとなすびのスパゲッティ フレンチサラダ	★	豚肉 金時豆 ひきわり大豆 おさかなソー	牛乳 脱脂粉乳 チーズ	人参 トマト	玉ねぎ 人参 なすび にんにく ★キャベツ しめじ 胡瓜 コーン	パン・砂糖 スパゲッティ	油 アーモンド	821 31.3		
22 (水)	さばの西京焼き 切干と小松菜の和え物 沢煮椀	★	さば ★みそ ツナ 豚肉	牛乳	人参 小松菜 ★ねぎ	切干大根 コーン ★大根 ★キャベツ えのき 糸こんに	米・麦・砂糖 じゃが芋	ごま	783 29.6		
23 (木)	春巻き 荳わかめの金平 豆腐のみそ汁	★	春巻き 豚肉 豆腐 ★みそ	牛乳 荳わかめ	人参 ほうれん草	糸こんに にんにく えのき 玉ねぎ ★キャベツ	米・麦・砂糖 じゃが芋	油 ごま	872 23.6		
24 (金)	肉じゃが いわしの梅煮 にらともやしの和え物	★	豚肉 いわしの梅煮 オーシャンキング	牛乳	人参 枝豆 にら	糸こんに 玉ねぎ もやし 胡瓜 キャベツ コーン	米・麦・砂糖 じゃが芋 でんぷん	油 ごま	819 31.5		
27 (月)	ししゃもフライ 玄米サラダ つくね入りスープ ヨーグルト	★	ししゃもフライ おさかなソー つくね	牛乳 しらす干し ヨーグルト	人参 ほうれん草	胡瓜 キャベツ コーン 玉ねぎ えのき 大根 もやし	米・麦・砂糖 発芽玄米	油 アーモンド	826 29.4		
28 (火)	白いんげん豆のシチュー ひじきとチーズのサラダ オレンジ	★	ミートボール おさかなソー 白いんげん豆	牛乳 脱脂粉乳 チーズ ひじき	人参 ほうれん草	玉ねぎ しめじ 胡瓜 ★キャベツ オレンジ	パン・砂糖 じゃが芋	油 バター	721 27.3		
30 (木)	ビビンバ(牛肉・ナムル) トマトと卵のスープ アセロラゼリー	★	牛肉 錦糸卵 ベーコン 卵	牛乳	人参 ほうれん草 ★トマト にら	糸こんに 切干大根 にんにく 生姜 もやし ぜんまい 玉ねぎ ★キャベツ 木耳	米・麦・砂糖 でんぷん アセロラゼリー	油 ごま	708 24.8		

* ★のついている野菜は「ふれあい広場ふくま」「あんずの里」からの地元の野菜・食材を使っています。

* 都合により献立が一部変更になることがあります。



入学・進級おめでとうございます。
安全でおいしい給食を 調理員7名と栄養士1名で提供します。
しっかり食べて健康な体を作りましょう。

