



日	曜日	献立名			ス プ ー ン	食 品 名						エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
						あか からだをつくる		みどり からだのちようしをととのえる		きいろ エネルギーのもとになる				
						【1群】 魚・肉 卵・豆製品	【2群】 牛乳・乳製品 小魚・海そう	【3群】 緑黄色野菜	【4群】 その他の野菜・果物	【5群】 米・パン・めん いも・砂糖	【6群】 油脂 種実			
1	木	ごはん	ぎゅうにゅう	マーボー豆腐 バンサンスー パインスライス	○	とうふ ぶたにく みそ だいず	ぎゅうにゅう にんじん にら	たまねぎ キャバツ きゅうり ねぎ しいたけ しょうが にんにく パイン	ごはん さとう はるさめ でんぶがん	ごまあぶら あぶら ごま	594		20.2	14.8
2	金	ごはん	ぎゅうにゅう	カレーピラフのぐ ブロッコリーサラダ ABCスープ	○	とりにく ウインナー うずらのたまご ベーコン だいず ツナ	ぎゅうにゅう にんじん チンゲンサイ ピーマン パセリ ブロッコリー	たまねぎ コーン キャバツ きゅうり	ごはん マカロニ ドレッシング	とうにゅうバター あぶら	601		22.4	21.5
5	月	ごはん	ぎゅうにゅう	あつやきたまご ひじきサラダ にくどうふ	○	たまご ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう にんじん チーズ ブロッコリー ひじき	キャバツ きゅうり しらたき えのきたけ ねぎ たまねぎ しょうが	ごはん さとう ノンエッグマヨネーズ	あぶら ごま	668		28.4	23.6
6	火	せわりコッペパン	ぎゅうにゅう	【せかいのあじでキックオフ：ドイツ】 かりーヴルスト クラウトザラート アイントプフ	○	ウインナー とりにく ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう にんじん チーズ ピーマン パセリ	にんにく キャバツ きゅうり たまねぎ むらさきキャバツ	パン さとう じゃがいも	あぶら とうにゅうバター	600		25.9	25.1
7	水	ごはん	ぎゅうにゅう	ねぎしおぶたどんのぐ だいがくいも② すましじる	○	ぶたにく とうふ わかめ	ぎゅうにゅう にんじん にら ほうれんそう	もやし ねぎ にんにく たまねぎ えのきたけ	ごはん みずあめ でんぶがん さとう さつまいも	ごまあぶら あぶら ごま	641		25.1	19.1
8	木	パーカーハウス	ぎゅうにゅう	ハンバーグデミグラスソース プチプチサラダ ミネストローネ	○	とりにく ウインナー だいず	ぎゅうにゅう にんじん かいそうめん トマト	たまねぎ マッシュルーム キャバツ きゅうり コーン セロリー にんにく	パン パンこ さとう おおむぎ	あぶら ドレッシング オリーブオイル	644		25.1	24.6
9	金	ごはん	ぎゅうにゅう	しろみぎかなフライ しらたきのピリからいため ぶたにらもやしのみそスープ		ホキ だいず とりにく ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう にんじん ピーマン にら	しらたき エリンギ ねぎ たまねぎ たけのこ しょうが にんにく もやし	ごはん パンこ さとう こむぎこ	あぶら ごまあぶら ごま	594		24.0	18.5
13	火	ゆめロール	ぎゅうにゅう	【としよきゅうしよく：ぎょうれつのできるスパゲッティやさん】 きのこスパゲッティ チキンナゲット② こまつなサラダ		ウインナー とりにく ツナ だいず おから	ぎゅうにゅう にんじん こまつな	キャバツ たまねぎ しめじ エリンギ レモン にんにく きゅうり	パン スパゲッティ さとう	とうにゅうバター あぶら	617		24.2	23.0
14	水	ごはん	ぎゅうにゅう	キムタクごはんのぐ ポークしゅうまい② うましおはるさめスープ	○	ぶたにく とりにく だいず なんと	ぎゅうにゅう にんじん チンゲンサイ	はくさいキムチ たまねぎ つぼづけ ねぎ にんにく もやし しいたけ	ごはん さとう はるさめ しゅうまいのかや	あぶら ごま ごまあぶら	572		23.9	16.7
15	木	ごはん	ぎゅうにゅう	あじのやくみソースかけ ごもくひじき にらとたまごのみそしる		あじ とりにく とうふ たまご あぶらあげ さつまあげ みそ	ぎゅうにゅう にんじん にら	ねぎ しょうが こんにやく えだまめ たまねぎ もやし	ごはん でんぶがん さとう	あぶら ごまあぶら	617		27.2	21.1
16	金	ごはん	ぎゅうにゅう	ハッシュドポーク かいそうじゃこサラダ りんご	○	ぶたにく なまクリーム かいそう ちりめんじゃこ	ぎゅうにゅう にんじん トマト	キャバツ きゅうり にんにく りんご たまねぎ	ごはん じゃがいも さとう	あぶら ごまあぶら	677		20.4	20.8
19	月	ごはん	ぎゅうにゅう	こぎつねごはんのぐ あかうおのしろしょうゆやき tontonじる	○	とりにく だいず みそ あぶらあげ とうふ ぶたにく あかうお	ぎゅうにゅう にんじん	しょうが ごぼう えのきたけ しいたけ えだまめ だいこん ねぎ こんにやく	ごはん さとう すいとん じゃがいも	あぶら とうにゅうバター	596		28.7	16.7
20	火	こめっこぱん	ぎゅうにゅう	チーズオムレツ パリパリサラダ チリコンカン	○	たまご とりにく だいず ぶたにく	ぎゅうにゅう にんじん チーズ トマト	キャバツ きゅうり コーン たまねぎ にんにく	パン さとう ドレッシング じゃがいも オリーブオイル	あぶら ごま 26.7	661		30.7	26.7
21	水	ごはん	ぎゅうにゅう	ビビンバ（にくみそ） ビビンバ（ナムル） トックスープ	○	とりにく ぶたにく だいず なんと	ぎゅうにゅう にんじん わかめ ほうれんそう チンゲンサイ	キャバツ もやし にんにく ぜんまい ねぎ	ごはん トック さとう	ごま ごまあぶら あぶら	600		26.4	18.3
22	木	ガーリックフランス	ぎゅうにゅう	ツナサラダ あきやさいシチュー ミニアセロラゼリー	○	とりにく ツナ いんげんまめ	ぎゅうにゅう にんじん パセリ	キャバツ きゅうり しめじ コーン たまねぎ	パン ゼリー じゃがいも さとう さつまいも	あぶら ガーリックバター	607		22.8	22.1
23	金	ごはん	ぎゅうにゅう	【がっこうきゅうしよくぐんまのひこんだて】 じょうしゅうメンチ こんにやくサラダ おっきりこみ		ぶたにく あぶらあげ おから	ぎゅうにゅう にんじん ほうれんそう	こんにやく きゅうり キャバツ たまねぎ だいこん ねぎ しいたけ	ごはん パンこ こむぎこ おっきりこみめん	あぶら ドレッシング	681		24.3	22.4
26	月	ごはん	ぎゅうにゅう	わかどりのマリネ ブロッコリーのおかかあえ ごまみそしる		とりにく かつおぶし とうふ みそ	ぎゅうにゅう にんじん チーズ ピーマン ブロッコリー	たまねぎ キャバツ だいこん ごぼう もやし ねぎ	ごはん さとう じゃがいも こむぎこ でんぶがん	あぶら ごま	635		32.4	19.8
27	火	ラーメン	ぎゅうにゅう	ぎょうざ② バンバンジーサラダ ちゃんぽんラーメンのしる		ぶたにく いか とりにく なんと さつまあげ	ぎゅうにゅう にんじん	はくさい たまねぎ きゅうり ねぎ もやし キャバツ コーン しょうが にんにく	ラーメン ぎょうざのかや	あぶら ごま	594		28.6	17.6
29	木	ごはん	ぎゅうにゅう	さんまのおかかに きゅうりともやしのさっぱりあえ おうごんに		さんま なまあげ かつおぶし ぶたにく	ぎゅうにゅう にんじん ほうれんそう	きゅうり もやし こんにやく たまねぎ たけのこ	ごはん さとう みずあめ じゃがいも	ごまあぶら あぶら	642		29.8	21.5
30	金	ごはん	ぎゅうにゅう	チキンカレー だいこんサラダ ヨーグルト	○	とりにく ツナ	ぎゅうにゅう にんじん スキムミルク トマト ヨーグルト	たまねぎ にんにく りんご だいこん きゅうり	ごはん じゃがいも さとう	あぶら	668		23.6	18.2

*材料の都合で、献立の変更もあります。 *はしを毎日をもってきましょう。 *食品名の太字は館林産のものです。

【令和8年度ローリングストックについてのお知らせ】
学校給食センターでは、アレルゲンフリーの「のりふりかけ」「ブラウンシチュー」「野菜カレー」
を常備しています。非常時には緊急で提供することがあります。
原材料の詳細はこちらをご確認ください。



献立表・給食だよりは、
市ホームページより
ご覧いただけます。



給食センターのインスタグラムでは、
毎日の給食の写真を掲載しています。



*この用紙は再生紙を利用しています。