

令和 6 年度 2 学期献立

2024年

9月こんだて



周南市立熊毛学校給食センター

2(月) はるさめの ごますあえ れいとうパン むぎ ごはん マーボ 豆腐 しょうが にんにく ほししいたけ にんじん たまねぎ ねぎ キャベツ しょうが むぎ ごまあぶら さとう でんぶん はるさめ ごま 25.4 790 29.3	3(火) りんごゼリー ケチャップソース ゆで キャベツ チキンスティック せわり パン ラビオリ スープ たまねぎ にんじん パセリ キャベツ パン (こむぎこめこ) ラビオリ じゃがいも ゼリー ホットドッグを つくろう! 25.0 776 29.5	4(水) はつが げんまいいり つくね おかか あえ ゆかり むぎごはん かぼちゃの みそしる しそ かぼちゃ にんじん たまねぎ ねぎ キャベツ おやし しそ かぼちゃ にんじん たまねぎ ねぎ キャベツ おやし 29.0 778 33.7	5(木) パリッショ (中学校のみ) アロエ フルーツ ミックス むぎ ごはん チキン カレー にんじん たまねぎ にんにく しょうが りんご みかん アロエ にんじん むぎ じゃがいも あぶら パイナップル もも(おうとう) 19.0 832 24.4	6(金) がぶつと食べよう山口 ギョーザ メンチカツ コッパ パン やさい サラダ なすの トマトスープ なす にんじん たまねぎ パセリ トマト おやし なす にんじん たまねぎ パセリ トマト おやし 26.6 749 31.4
9(月) しおこんぶ あえ さばの しおやき むぎ ごはん かきたま じる たまねぎ にんじん ねぎ キャベツ きゅうり たまねぎ むぎ でんぶん 25.2 772 29.5	10(火) とうにゅう パンナコッタ チーズ ポテト にくだんごの スープ こくとうパン キャベツ おやし パン (こむぎこめこ) くらざとう じゃがいも マーガリン パンナコッタ ねぎ パセリ ミートボール ベーコン チーズ 22.5 815 28.0	11(水) ベトナムの料理 ハニーマスタード (中学校のみ) ベトナムふう サラダ やさい はるまき むぎ ごはん とりにくの フォー キャベツ にんじん たまねぎ ねぎ レモン きゅうり おやし キャベツ にんじん たまねぎ ねぎ レモン きゅうり おやし 18.2 793 23.3	12(木) お月見 こんだて さといもの そばろに かりかけ むぎ ごはん だんご じる だいこん にんじん かまぼこ とりにく たまねぎ えだまめ ゼリー だいこん にんじん かまぼこ とりにく たまねぎ えだまめ ゼリー 20.2 768 23.2	13(金) シャキシャキ ひじきサラダ コッパ パン クリーム シチュー にんじん たまねぎ れんこん えだまめ にんじん たまねぎ れんこん えだまめ 25.2 800 30.9
16(月) 敬老の日 おしらせ ◎食物アレルギーのある方 に配慮するため、「詳細な献立 表」や「原材料配合表」を提供 しています。ご希望の方は 学校にお申し出ください。 ◎魚の骨には気を付けて 食べてください。 8代小なし 25.2 772 29.5	17(火) やさい ジュース カラフル かいそうサラダ なすの スパゲッティ 小パン たまねぎ にんじん なす ピーマン にんにく アーモンド きゅうり たまねぎ にんじん なす ピーマン にんにく アーモンド きゅうり 21.0 785 25.4	18(水) 新入生 がんばろう!! (ソースカツどん) ゆでキャベツ ソースカツ むぎ ごはん すまし じる たまねぎ にんじん えのきだけ ねぎ キャベツ もも(おうとう) たまねぎ にんじん えのきだけ ねぎ キャベツ もも(おうとう) 24.1 775 26.0	19(木) ヨーグルト スタミナ いため むぎ ごはん とうがんの たまごスープ とうがん にんじん ねぎ ほししいたけ たまねぎ キャベツ おやし ピーマン しょうが とうがん にんじん ねぎ ほししいたけ たまねぎ キャベツ おやし ピーマン しょうが 25.0 726 28.4	20(金) ウィンナー (中学校のみ) ごぼう サラダ やきそば にんじん キャベツ たまねぎ おやし ごぼう きゅうり にんじん キャベツ たまねぎ おやし ごぼう きゅうり 24.4 823 32.7
23(月) 振替休日 こんだて ☆牛乳は毎日つきます (☆毎月19日は「食育の日」です) おもなざいりょう (たべもののはたらき) おもちに 体を つくるもと になる食品 おもちに 体の 調子を整え るもとに なる食品 おもちに エネルギー のもとに なる食品 24.1 796 30.0	24(火) りんごジャム しろみずかなの バーベキュー ソース ジュリアン スープ コッパ パン たまねぎ にんじん キャベツ パセリ セロリ とうもろこし りんご たまねぎ にんじん でんぶん あぶら さとう ジャム にんにく 24.1 796 30.0	25(水) キャベツの じゃこいため オレンジ むぎ ごはん とり じゃが たまねぎ にんじん さやいんげん キャベツ こまつな とうもろこし オレンジ たまねぎ にんじん さやいんげん キャベツ こまつな とうもろこし オレンジ 18.5 705 21.1	26(木) おにぎり をつくらう! ねりうめ はりはり つけ こもく たまごやき のり むぎ ごはん ぶたじる だいこん にんじん ごぼう ねぎ きりばしだいこん きゅうり ねりうめ だいこん にんじん ごぼう ねぎ きりばしだいこん きゅうり ねりうめ 24.7 748 28.4	27(金) カレーやさんの なぞドレッシング サラダ ナン キーマ カレー たまねぎ にんじん トマト にんにく しょうが とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん トマト にんにく しょうが とうもろこし キャベツ 25.6 768 31.0
30(月) 兵庫県 の料理 ゆかり あえ コロッケ たこめし ばちじる えだまめ にんじん たまねぎ ほししいたけ ねぎ きゅうり えだまめ にんじん たまねぎ ほししいたけ ねぎ きゅうり 24.1 796 30.0	食べ物の働きを知ろう 赤 緑 黄 ぐんと 成長 すこやか バランス もりもり パワー 3つのグループの食品を バランスよく食べよう! 24.1 796 30.0	朝ごはん、しっかり食べていますか? 夏休みが終わり、2学期が始まりました。休みの間、生活リズムがくずれて しまった人はいませんか。朝ごはんは大切なエネルギー源です。毎朝食べるよう にしましょう。 望ましい 朝ごはんは… 主食 主菜 副菜 頭のスイッチ 体のスイッチ おなかのスイッチ		

学校給食費(9月)の納付期限は9月30日(月)です。口座振替の方は、前日までに残高確認をお願いいたします。

㊦ 1月分の献立表からパーパース化を行います。市HPに献立表を掲載していますので、ブックマーク（お気に入り）登録をお願いします。 <https://www.city.shunan.lg.jp/soshiki/59/119272.html> ⇒⇒⇒

2024年

11月こんだて

周南市立熊毛学校給食センター

食事のあいさつをきちんとしよう

心をこめて「いただきます」
「ごちそうさま」の
あいさつをしましょう。



※県産食材は「学校給食県産食材利用拡大事業」により、JAグループ山口、水産関係団体、山口県などから一部助成を受けています。

※1月分の献立表からペーパーレス化を行います。ブックマーク(お気に入り)

登録をお願いします。https://www.city.shunan.lg.jp/soshiki/59/119272.html⇒

読書週間

10/27~11/9

給食で本に登場する料理を
食べてみましょう。

11/5「おばけのアッチとドラキュラスープ」より
ドラキュラスープ

11/6「初恋料理教室」より

まいたけごはん・大根と鶏肉の炊いたん
ほうれん草のごまマヨ和え



おしらせ

◎食物アレルギーのある方
に対応するため、「詳細な献立表」や「原材料配合表」を提供
しています。ご希望の方は
学校にお申し出ください。
◎魚の骨には気をつけて
食べてください。

今月はいろいろな
さつまいも料理がでるよ!

1(金)



アーモンド
サラダ
たらこ
スパゲッティ

じゃがいも
たまねぎ
にんじん
ぶなしめじ
ピーマン
キャベツ
きゅうり
とうもろこし

616 24.3 809 32.3

4(月) 振替休日 青木
こんだて
☆牛乳は毎日つきます
(☆毎月19日は「食育の日」です)
おもなざいりょう
(たべもののはたらき)

5(火) おばけのアッチと
ドラキュラスープ
コールスロー
サラダ
ドラキュラ
スープ
ラザーニャ
コッパ
パン

6(水) 初恋料理
教室
ほうれん草の
ごまマヨ和え
まいたけ
ごはん
スイート
ポテト

7(木) フルーツ
ポンチ
むぎ
ごはん
チキン
カレー

8(金) おまつスティック
いい歯の日
こんだて
とりにくと
ナッツの
いためもの
きのこの
クリームスープ

おもに体を
つくるもと
になる食品
おもに体の
調子を整え
るもとに
なる食品
おもに
エネルギー
のもとに
なる食品

じゃがいも
たまねぎ
にんじん
セロリー
キャベツ
とうもろこし
パセリ

まいたけ
にんじん
だいこん
さやいんげん
しょうが
ほうれん草
ごま
スイートポテト

にんじん
たまねぎ
にんにく
しょうが
りんご
みかん
バナナ
パイナップル

ぶなしめじ
エリンギ
たまねぎ
にんじん
パセリ
ピーマン
しょうが

エネルギーkcal/たんぱく質g 小学校 中学校

ハダ小 なし

700 24.7 823 28.7

669 17.4 794 19.8

644 24.5 806 30.3

11(月) 地場産
給食
チキンチキン
れんこん
むぎ
ごはん
かきたま
じる

12(火) クチャップソース
がぶつと煮る山口
ゆで
キャベツ
チキン
スティック
さつまいもの
シチュー

13(水) 地場産給食
ゆずき
ゼリー
むぎ
ごはん
おやこどん

14(木) 地場産
給食
いそかあえ
チキンカツ
むぎ
ごはん
さつまいもの
みそしる

15(金) いちご
ジャム
キャベツの
じゃこいため
ポーク
ビーンズ

じゃがいも
たまねぎ
にんじん
セロリー
キャベツ
とうもろこし
パセリ

じゃがいも
たまねぎ
にんじん
セロリー
キャベツ
とうもろこし
パセリ

じゃがいも
たまねぎ
にんじん
セロリー
キャベツ
とうもろこし
パセリ

じゃがいも
たまねぎ
にんじん
セロリー
キャベツ
とうもろこし
パセリ

じゃがいも
たまねぎ
にんじん
セロリー
キャベツ
とうもろこし
パセリ

659 25.1 777 29.0

663 27.9 823 32.8

652 23.1 767 26.6

637 24.9 761 29.3

642 26.0 804 31.9

18(月) やまぐち
郷土料理の日
おかかあえ
わかめ
むぎごはん
けんちよう

19(火) アーモンド(中学校のみ)
中東の料理
クチャップソース
チキン
レンズまめと
むぎのスープ

20(水) いため
ビーフン
むぎ
ごはん
マーボ
豆腐

21(木) ごはんにかけて
たべても
おいしいよ!
スタミナ
なっとう
むぎ
ごはん
おでん
ふう

22(金) チーズ
(中学校のみ)
だいこん
サラダ
にくだんごの
クチャップに

じゃがいも
たまねぎ
にんじん
セロリー
キャベツ
とうもろこし
パセリ

じゃがいも
たまねぎ
にんじん
セロリー
キャベツ
とうもろこし
パセリ

じゃがいも
たまねぎ
にんじん
セロリー
キャベツ
とうもろこし
パセリ

じゃがいも
たまねぎ
にんじん
セロリー
キャベツ
とうもろこし
パセリ

じゃがいも
たまねぎ
にんじん
セロリー
キャベツ
とうもろこし
パセリ

694 25.6 833 29.6

528 22.4 690 28.0

633 24.6 755 28.3

650 26.5 778 30.8

581 22.1 783 30.4

25(月) 和食の日
こんだて
ごまあえ
さばの
しおやき
むぎ
ごはん
けんちん
じる

26(火) ドライカレー
はさんでたべよう!
ドライ
カレー
ラビオリ
スープ

27(水) だいがく
いちも
むぎ
ごはん
はっぼう
さい

28(木) きりほしだいこんの
ごまいため
りんご
むぎ
ごはん
すぎやき

29(金) キャベツの
マヨネーズ
あえ
ポトフ

じゃがいも
たまねぎ
にんじん
セロリー
キャベツ
とうもろこし
パセリ

じゃがいも
たまねぎ
にんじん
セロリー
キャベツ
とうもろこし
パセリ

じゃがいも
たまねぎ
にんじん
セロリー
キャベツ
とうもろこし
パセリ

じゃがいも
たまねぎ
にんじん
セロリー
キャベツ
とうもろこし
パセリ

じゃがいも
たまねぎ
にんじん
セロリー
キャベツ
とうもろこし
パセリ

624 23.1 751 27.1

587 23.9 741 29.5

678 23.4 829 29.7

627 24.8 745 28.7

657 27.7 828 32.2



2024年

12月こんだて

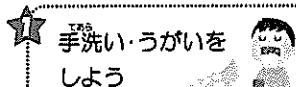
周南市立熊毛学校給食センター

2(月)	フルーツミックス ハッシュドポーク むぎごはん	3(火)	イタリアンドレッシングサラダ スパゲッティナポリタン 小パン	4(水)	やさいはるまき もやしのじゃこあえ アーモンド(中学校のみ) むぎごはん ふたじり	5(木)	いため コーン シューマイ むぎごはん マーボだいこん	6(金)	きのこ フィンランドの料理 コッパン ロビケイト						
2(月)	たまねぎ ぶたにく しろうけんめ にんじん にんにく みかん パイナップル もも(おとう) ナタデココ	3(火)	たまねぎ ワインナー にんじん エリンギ ピーマン キャベツ ブロッコリー とうもろこし	4(水)	にんじん だいこん ごぼう ねぎ やさいはるまき おやし はくさい	5(木)	ほししいたけ とうふ とりにく あかみそ コーン シューマイ(中学校のみ) ひらてん	6(金)	にんじん たまねぎ エリンギ ぶなしめじ とうもろこし にんにく パセリ						
651	17.9	774	20.4	664	19.6	789	23.3	677	20.8	738	26.1	683	24.2	739	29.8
高水小なし		583		20.5		722		24.7		664		19.6		789	
9(月)	ケチャップソース ポテトサラダ たまごやき チキンライス かぶのスープ	10(火)	スペインの料理 コッパン ソパ・デ・マリスコス	11(水)	こまあえ ちくわのいそべあげ 小ごはん カレーうどん	12(木)	キャベツのソテー たまごやき みかん むぎごはん みそしる	13(金)	だいこん サラダ はくさいのクリームに						
2(月)	にんじん とうもろこし たまごやき かぶ はくさい きゅうり	3(火)	たまねぎ たら いか ミートボール パセリ ピーマン トマト	4(水)	にんじん たまねぎ ねぎ ほうれんそう おやし	5(木)	にんじん だいこん ししとう キャベツ みかん	6(金)	はくさい とりにく ちゅうりよう ぎゅうにゅう まぐろみず						
580	19.3	699	21.7	607	20.3	793	25.2	627	21.4	723	23.2	590	22.7	748	28.0
ハ代小なし		545		24.9		691		30.6		607		20.3		793	
16(月)	けいちゃん プリン(中学校のみ) むぎごはん すましじる	17(火)	セレクト給食 小パン フライドチキン	18(水)	はくさいのむぎごはん とりみそおでん	19(木)	シャキシャキひじきサラダ むぎごはん ふゆやさいカレー	20(金)	だいこんとみずな ゆずサラダ かぼちゃのポタージュ						
2(月)	にんじん はくさい えのきだけ ねぎ キャベツ たまねぎ しょうが	3(火)	にんじん たまねぎ はくさい パセリ キャベツ とうもろこし	4(水)	だいこん にんじん こまつな はくさい	5(木)	にんじん たまねぎ だいこん はくさい こまつな りんご にんにく しょうが	6(金)	かぼちゃ ちゅうりよう ぎゅうにゅう ホットドッグ ハンバーグ						
531	20.2	683	23.9	596	22.3	710	25.7	633	19.6	753	22.1	673	25.8	825	30.4
若下の義をみてください		531		20.2		683		23.9		596		22.3		710	
23(月)	だいす ごぼう メンチカツ むぎごはん おじゃもち	24(火)	いかとコーンのソテー コッパン ふゆやさいのスープ	12月17日(火) セレクト給食★クリスマスまで ケーキを選ぶ簡単なものですが、白ごころの給食に変化をつけ、自分で選ぶことによって楽しく食事ができるようにと願っています。		こんだて ★牛乳は毎日つきます (★毎月19日は「食育の日」です) おもなざりよう (たべもののはたらき)		おしらせ ◎食物アレルギーのある方 に対応するため、「詳細な献立表」や「原材料配合表」を提供しています。ご希望の方は学校にお申し出ください。 ◎魚の骨には気をつけて 食べてください。							
2(月)	にんじん だいこん こまつな キャベツ きゅうり	3(火)	かぶ はくさい にんじん こまつな とうもろこし キャベツ ほうれんそう	デザート の種類の いちご ホワイト いちご チョコ		おもちに おもちに おもちに		おもちに おもちに おもちに							
602	18.3	749	22.0	504	22.0	646	27.2	エネルギーkcal/たんぱく質g 小学校 中学校 660 767 23.8 27.2 660 767 23.9 27.3		エネルギーkcal/たんぱく質g 小学校 中学校 660 767 23.8 27.2 660 767 23.9 27.3		エネルギーkcal/たんぱく質g 小学校 中学校 660 767 23.8 27.2 660 767 23.9 27.3		エネルギーkcal/たんぱく質g 小学校 中学校 660 767 23.8 27.2 660 767 23.9 27.3	

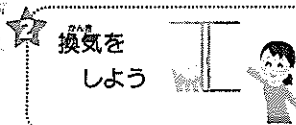
今月の給食目標

かぜを予防しよう

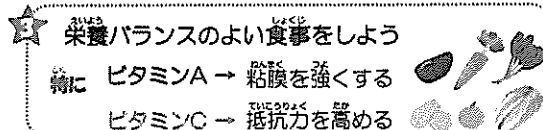
かぜは私たちが一番かかりやすい病気です。「かぜは万病のもと」といわれます。単なるかぜと思わず、十分気を付けるようにしましょう。



手洗い・うがいをしよう

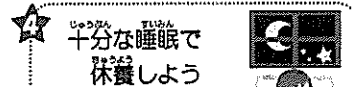


換気をしよう



栄養バランスのよい食事をしよう

特に ビタミンA → 粘膜を強くする
ビタミンC → 抵抗力を高める



十分な睡眠で休養しよう

1月分の献立表からペーパーレス化を行います。(アレルギー対応が必要な方は紙の献立表配布を継続します。)市HPに献立表を掲載していますので、ブックマーク(お気に入り)登録をお願いします。 <https://www.city.shunan.lg.jp/soshiki/59/119272.html> ⇒



令和 6 年度 3 学期献立（案）

周南市立熊毛学校給食センター

※「米粉パン」は、「県産米粉10%」、「県産小麦粉90%」を使用しています。
※学校給食で使用する海産物（ワカメ（ご飯含む）、モズク、ひじき、しらす。かえり、昆布（煮物・だし用）、だし用煮干し等）には、生育場所や加工の関係から、微小なイカやタコ及び甲殻類（エビ、カニ、貝類）等が混入していることがあります。

周南市立熊毛学校給食センター

昔の給食

山口県の郷土料理
(わかめごはん・けんちょう)

※学校給食で使用する海産物(ワカメ・ご飯含む)、モズク、ひじき、しらす、かえり、昆布(煮物・だし用)、だし用煮干し等)には、生育場所や加工の関係から、微小なイカやタコ及び甲殻類(エビ、カニ、貝類)等が混入していることがあります。

令和7年度 2月分 学校給食献立予定表(食材一覧) A日程

周南市立熊毛学校給食センター

2月12日 (水曜日)				2月13日 (木曜日)				2月14日 (金曜日)			
献立名	配合数	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合数	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合数	食品名	一人あたり 予定消費量(g)
			小学校 中学校				小学校 中学校				小学校 中学校
麦ごはん(12~3月)		精白米	70 0	麦ごはん(12~3月)		精白米	70 0	コッペパン		県産米粉パン(県小麦+米58.3g)	58.3 0
		強化米	0.21 0			強化米	0.21 0			県産米粉パン(県小麦+米85g)	0 85
		山口県産押し麦	7 0			山口県産押し麦	7 0	牛乳		飲用牛乳200ml	206.4 206.4
		精白米	0 90			精白米	0 90	ボークシチュー		豚肉ももスライス(山口県産)	20 24
		強化米	0 0.27			強化米	0 0.27			じゃがいも	40 48
		山口県産押し麦	0 9			山口県産押し麦	0 9			たまねぎ	35 42
牛乳		飲用牛乳200ml	206.4 206.4	牛乳		飲用牛乳200ml	206.4 206.4			にんじん	10 12
ビーフンスープ		鶏肉手羽スライス	5 6	みそ汁		木綿豆腐 県産大豆使用350g	20 24			ぶなしめじ	8 9.6
		ケムシ ビーフン	10 12			さといも	10 12			冷凍白いんげん豆ビュレ	7 8.4
		たまねぎ	35 42			はくさい	20 24			にんにく	0.2 0.24
		にんじん	10 12			にんじん	5 6			コンソメゴールド*	0.5 0.6
		青ねぎ	5 6			たまねぎ	20 24			ハウス ハヤシルウ フレーク	8 9.6
		こいくちしょうゆ*	1.5 1.8			青ねぎ	5 6			トマトケチャップ1kg	2 2.4
		酒*	1 1.2			煮みそ*	11 13.2			白ワイン*	1 1.2
		中華スープ*	0.9 1.08			煮干し	2 2.4			サラダ油*	0.5 0.6
		食塩*	0.09 0.11	いわしの梅煮		小泉食品いわしの梅煮30g真空	30 0	じゃこサラダ		しらす干し乾燥品(国産)	2.5 3
		しょうゆ*	0.01 0.01			小泉食品いわしの梅煮40g真空	0 40			キャベツ	35 42
豚キムチ②		豚肉ももスライス(山口県産)	20 24	もやしの和え物		もやし	30 36			きゅうり	10 12
		白菜キムチ カット	18 21.6			きゅうり	10 12			にんじん	5 6
		キャベツ	10 12			にんじん	5 6			サラダ油*	0.7 0.84
		もやし	25 30			白すりごま	1.5 1.8			三温糖*	0.7 0.84
		にんじん	20 24			こいくちしょうゆ*	2 2.4			こいくちしょうゆ*	0.4 0.48
		こいくちしょうゆ*	0.6 0.72			三温糖*	1.4 1.68			穀物酢*	2 2.4
		酒*	0.3 0.36	ミルクコーヒー		液体ミルクコーヒー	12.5 12.5			食塩*	0.1 0.12
		サラダ油*	1 1.2							しょうゆ*	0.01 0.01
		三温糖*	0.2 0.24					フレンズクレープ(チョコ)		フレンズクレープ(チョコ)	30 30

バレンタイン献立

2月17日 (月曜日)				2月18日 (火曜日)				2月19日 (水曜日)			
献立名	配合数	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合数	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合数	食品名	一人あたり 予定消費量(g)
			小学校 中学校				小学校 中学校				小学校 中学校
麦ごはん(12~3月)		精白米	70 0	小揚げパン		県産米粉パン(県小麦+米45g)	45 0	麦ごはん(12~3月)		精白米	70 0
		強化米	0.21 0			菜種サラダ油	4.6 0			強化米	0.21 0
		山口県産押し麦	7 0			きな粉 全粒大豆	7 0			山口県産押し麦	7 0
		精白米	0 90			三温糖*	7 0			精白米	0 90
		強化米	0 0.27			食塩*	0.07 0			強化米	0 0.27
		山口県産押し麦	0 9			県産米粉パン(県小麦+米65g)	0 65			山口県産押し麦	0 9
牛乳		飲用牛乳200ml	206.4 206.4			菜種サラダ油	0 6.8	牛乳		飲用牛乳200ml	206.4 206.4
マーボ豆腐		鉄分強化とうふ	100 120			きな粉 全粒大豆	0 8.5	みそ汁		木綿豆腐 県産大豆使用350g	20 24
		鶏肉手羽ミンチ	25 30			三温糖*	0 8.5			だいこん	30 36
		しょうが	0.3 0.36			食塩*	0 0.11			にんじん	5 6
		にんにく	0.3 0.36	牛乳		飲用牛乳200ml	206.4 206.4			さといも	20 24
		干しいたけスライス(国産)	1 1.2	かぶのスープ		鶏肉手羽スライス	15 18			青ねぎ	5 6
		にんじん	15 18			かぶ根 皮つき 生	30 36			煮みそ*	11 13.2
		たまねぎ	55 66			じゃがいも	20 24			煮干し	2 2.4
		青ねぎ	5 6			にんじん	10 12			水	120 144
		赤みそ*	5 6			たまねぎ	20 24	チキンチキンれんこん		鶏肉(タスカ)鶏粉付(山口県産)	40 48
		純正 ごま油*	2 2.4			こいくちしょうゆ*	1.5 1.8			菜種サラダ油	4 4.8
		こいくちしょうゆ*	2 2.4			コンソメゴールド*	1 1.2			れんこん いちようスライス 県産	20 24
		酒*	1 1.2			食塩*	0.1 0.12			三温糖*	1.5 1.8
		三温糖*	1 1.2			しょうゆ*	0.01 0.01			こいくちしょうゆ*	4 4.8
		中華スープ*	0.9 1.08	カラフル海藻サラダ		キャベツ	15 18			本みりん *	2.7 3.24
		トウバンジャン130g程度*	0.15 0.18			にんじん	5 6			酒*	1.4 1.68
		でんぶん1kg*	2 2.4			きゅうり	15 18				
炒めビーフン		ケムシ ビーフン	6 7.2			海藻サラダ	1 1.2				
		平天	5 6			ローストアーモンド(細切)	3 3.6				
		キャベツ	15 18			冷凍ホールコーン(国産)	7 8.4				
		たまねぎ	25 30			野菜いっぱいドレッシング和風1L	7.5 9				
		にんじん	5 6								
		中華スープ*	0.2 0.24								
		こいくちしょうゆ*	0.8 0.96								
		食塩*	0.1 0.12								
		しょうゆ*	0.01 0.01								
		サラダ油*	0.5 0.6								

「がぶっ!と食べよう山口」

※「米粉パン」は、「県産米粉10%」、「県産小麦粉90%」を使用しています。

※学校給食で使用する海産物(ワカメ(ご飯含む)、モズク、ひじき、しらす、かえり、昆布(煮物・だし用)、だし用煮干し等)には、生産場所や加工の関係から、微小なイカやタコ及び甲殻類(エビ、カニ、貝類)等が混入していることがあります。

周南市立熊毛学校給食センター

[illegible]

※「米粉パン」は、「県産米粉10%」、「県産小麦粉90%」を使用しています。
※学校給食で使用する海産物（ワカメ（ご飯含む）、モズク、ひじき、しらすがえり、昆布（煮物・だし用）、だし用煮干し等）には、生育場所や加工の関係から、微小なイカやタコ及び甲殻類（エビ、カニ、貝類）等が混入していることがあります。

開成市立熊毛学校給食センター

ひな祭り献立

中学校卒業お祝い 献立

※学校給食で使用する海産物(ワカメ(ご飯含む)、モズク、ひじき、しらすがえり、昆布(煮物・だし用)、だし用煮干し等)には、生育場所や加工の関係から、微少なイカやタコ及び甲殻類(エビ、カニ、貝類)等が混入していることがあります。

周南市立熊手学校給食センター

※「米粉パン」は、「県産米粉10%」、「県産小麦粉90%」を使用しています。
※学校給食で使用する海産物（ワカメ（ご飯含む）、モズク、ひじき、しらす。かえり、昆布（煮物・だし用）、だし用煮干し等）には、生産場所や加工の関係から、微小なイカやタコ及び甲殻類（エビ、カニ、貝類）等が混入していることがあります。

令和7年 3月分 学校給食献立予定表(食材一覧) A日程

周南市立熊毛学校給食センター

3月19日 (水曜日)				3月21日 (金曜日)				3月24日 (月曜日)			
献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)	献立名	配合表	食品名	一人あたり 予定消費量(g)
			小学校 中学校				小学校 中学校				小学校 中学校
麦ごはん(12~3月)		精白米	70 0	背割りパン		県産米粉パン(県小麦+米58.3g)	58.3 0	麦ごはん		精白米	54 0
		強化米	0.21 0			パン加工費 縦横スライス 全規格	1 0			強化米	0.16 0
		山口県産押し麦	7 0			県産米粉パン(県小麦+米85g)	0 85			精白米	0 70
		精白米	0 90			パン加工費 縦横スライス 全規格	0 1			強化米	0 0.21
		強化米	0 0.27			牛乳	206.4 206.4			牛乳	206.4 206.4
牛乳		山口県産押し麦	0 9	ほうれん草と卵のスープ		鶏肉手羽スライス	5 6	きつねうどん		冷凍うどん学校給食用250g	65 78
		飲用牛乳200ml	206.4 206.4			鶏卵 L(山口県内産)	25 30			刻み油揚げ	8 9.6
		鶏肉手羽スライス	15 18			たまねぎ	30 36			三温糖*	1 1.2
		じゃがいも	70 84			冷凍カットほうれん草	20 24			こいくちしょうゆ*	2 2.4
		たまねぎ	50 60			にんじん	10 12			酒*	0.5 0.6
とりじゃが		にんじん	15 18			コンソメゴールド*	1 1.2			にんじん	13 15.6
		糸こんにゃく	25 30			こいくちしょうゆ*	1.5 1.8			たまねぎ	35 42
		冷凍カットさやいんげん	8 9.6			食塩*	0.1 0.12			鶏肉手羽スライス	10 12
		サラダ油*	0.5 0.6			こしょう*	0.01 0.01			青ねぎ	5 6
		三温糖*	1.5 1.8			でんぶん1kg*	1 1.2			だし昆布	1 1.2
		純だし*	0.2 0.24	ホットドッグハンバーグ		ホットドッグハンバーグ	50 50			混合削り節(だし用)	1.5 1.8
		こいくちしょうゆ*	4.5 5.4			キャベツ	35 42			純だし*	0.13 0.16
		酒*	1 1.2			ケチャップソース	8 8			本みりん*	0.5 0.6
		水	15 18							こいくちしょうゆ*	3.5 4.2
		いわたしの梅煮	0 30							食塩*	0.15 0.18
ほうれん草のいそかあえ		冷凍カットほうれん草	40 48					コロッケ		国産豚肉のコロッケ40g	40 40
		キャベツ	20 24							菜種サラダ油	4 4
		白すりごま	2 2.4							キャベツ	40 48
		もみのり 100g	0.8 0.96							千切だいこん漬	6 7.2
		こいくちしょうゆ*	2 2.4							白すりごま	1 1.2
		三温糖*	1 1.2						こいくちしょうゆ*	0.5 0.6	
									ふりかけ(のり)	すこやかふりかけ(のり)	2 2

※「米粉パン」は、「県産米粉10%」、「県産小麦粉90%」を使用しています。

※学校給食で使用する海産物(ワカメ(ご飯含む)、モズク、ひじき、しらすがえり、昆布(煮物・だし用)、だし用煮干し等)には、生産場所や加工の関係から、微小なイカやタコ及び甲殻類(エビ、カニ、貝類)等が混入していることがあります。

