松伏町学校給食センター ほほえみ 中学校

①令和 8 年度 12 月分 献立表詳細

日	12月1日（火）		12月2日（水）		12月3日（木）		12月4日（金）		12月7日（月）		12月8日（火）	
献立名	ご飯 牛乳 トックスープ 豚肉の四川ソース 錦糸卵和え ソイドレッシング		ご飯 牛乳 生揚げのみそ汁 まぐろカツ こんにゃくの甘辛煮		山型食パン クリームシチュー オムレツ ほうれん草のサラダ 飲むヨーグルト いちごジャム イタリアンドレッシング		ご飯 牛乳 春雨スープ えびしゅうまい3個 チンジャオロースー 四角チーズ		ご飯（彩のきずな） 牛乳 飛鳥汁 さばのおろしだれ ブロッコリーの和風和え 玉ねぎドレッシング		揚げパン（黒糖きな粉） 牛乳 冬野菜のポトフ 焼フランク みかん	
材料名及び分量（一人分のグラム数）		（g）		（g）		（g）		（g）		（g）		（g）
	米	100	米	100	山型食パン	80	米	100	米	100	コッペパン	70
	強化米	0.3	強化米	0.3			強化米	0.3			米油	7
					鶏肉	40			牛乳	206	きな粉	7.2
	牛乳	206	牛乳	206	たまねぎ	42	牛乳	206			黒砂糖	12
					にんじん	30			鶏肉	36	砂糖	1
	トック	24	生揚げ	36	じゃがいも	36	はるさめ	6	だいこん	24	塩	0.02
	鶏肉	18	だいこん	24	しめじ	6	鶏肉	18	にんじん	12	ビニール袋	1
	ねぎ	6	にんじん	12	パセリ	0.06	もやし	24	ねぎ	12	エンボス手袋	1
	にんじん	12	たまねぎ	18	米油	1.2	にんじん	18	ごぼう	12	魔法のシート	1
	だいこん	24	こまつな	12	ホワイトルウ	12	チンゲンサイ	18	こまつな	12		
	にら	6	煮干し	2.4	牛乳	60	えのきたけ	6	かつお厚削り	3.6	牛乳	206
	濃口しょうゆ	4.2	かつお厚削り	2.4	生クリーム	3	でん粉	1.8	赤みそ	6		
	中華スープ	0.84	赤みそ	6	チーズ	3	濃口しょうゆ	3.6	白みそ	4.8	鶏肉	36
	塩	0.6	白みそ	4.8	塩	0.12	中華スープ	0.8	牛乳	12	たまねぎ	24
	こしょう	0.01	水	168	こしょう	0.02	豚と鶏ガラスープ	6	水	156	にんじん	18
	ごま油	1.2	出来上がり量	240	白ワイン	1.2	塩	0.36	出来上がり量	240	はくさい	30
	水	150			コンソメ	0.6	こしょう	0.02			だいこん	30
	出来上がり量	225	まぐろカツ	60	水	60	米油	0.6	さば澱粉付	50	さといも	36
			米油	6	出来上がり量	255	ごま油	0.6	米油	5	しめじ	6
	豚肉	50					水	156	だいこん	18	水	96
	米油	0.5	鶏肉	18	オムレツ	60	出来上がり量	240	濃口しょうゆ	3.6	コンソメ	2.4
	にんにく	0.12	しょうが	0.72	米油	0.6			みりん風調味料	0.6	豚と鶏ガラスープ	7.2
	しょうが	0.12	濃口しょうゆ	0.6			えびしゅうまい	48	料理酒	0.36	塩	0.36
	ねぎ	8.4	料理酒	0.6	ほうれんそう	30					こしょう	0.02
	ごま油	0.6	こんにゃく	30	キャベツ	24	豚肉	42	ブロッコリー	18	ベーリーフ	0.03
	豆板醤	0.12	しめじ	6	とうもろこし	18	料理酒	0.6	キャベツ	30	出来上がり量	240
	砂糖	1.8	にんじん	7.2	出来上がり量	45	濃口しょうゆ	0.6	にんじん	12		
	料理酒	1.8	黄ピーマン	6			ピーマン	24	出来上がり量	55	フランクフルト	40
	穀物酢	1.8	米油	0.96	飲むヨーグルトプレーン	125	赤ピーマン	3.6			米油	0.4
	濃口しょうゆ	2.4	濃口しょうゆ	2.88			たけのこ	12	たまねぎドレッシング	7.5		
	ごま	3	砂糖	1.44	いちごジャム	15	しいたけ	0.6			みかん	80
	でん粉	0.24	みりん風調味料	1.8			米油	1.2			エンボス手袋	1
	水	1.2	料理酒	1.8	イタリアンドレッシング	7.5	濃口しょうゆ	1.8				
			和風だし	0.36			砂糖	1.2				
	キャベツ	30	ごま	0.6			オイスターソース	2.4				
	きゅうり	18	出来上がり量	50			中華スープ	0.16				
	にんじん	6					でん粉	1.44				
	錦糸卵	9.6					水	2.88				
	出来上がり量	53					ごま油/出来上がり量	0.6/78				
	ソイドレッシング	7.5					チーズ	15				

松伏町学校給食センター　ほほえみ　中学校

①令和 8 年度 12 月分　献立表詳細

日	12月9日（水）		12月10日（木）		12月11日（金）		12月14日（月）		12月15日（火）		12月16日（水）	
献立名	麦ご飯 牛乳 カレーマーボー丼 にらまんじゅう2個 チンゲン菜のキムチ炒め		ご飯 牛乳 みそけんちん汁 鶏肉のごま照焼き 切干大根の煮物 ヨーグルト		バターロール 牛乳 ラビオリトマトスープ コーンフライ ひじき入りカラフルサラダ ごまクリーミードレッシング		キムタクご飯 牛乳 中華わかめスープ ハンバーグ甘酢あんかけ 絹揚げの炒め物		麦ご飯 牛乳 豚肉丼 野菜のかき揚げ ごま和え		バターライス 牛乳 トマトチキンカレー わかさぎフリッター2本 ブロッコリーのアーリオオーリオ 乳酸菌飲料	
材料名及び分量（一人分のグラム数）		（g）		（g）		（g）		（g）		（g）		（g）
	米	90	米	100	ロールパン	70	米	88	米	90	米	100
	麦	10	強化米	0.3			強化米	0.36	麦	10	強化米	0.3
	強化米	0.3			牛乳	206	ショルダーベーコン	14.4	強化米	0.3	バター	1.5
			牛乳	206			キムチ	24			コンソメ	0.5
	牛乳	206			ラビオリ	14.4	たくあん	21.6	牛乳	206	塩	0.75
			豚肉	18	豚肉	14.4	料理酒	0.6			パセリ	0.16
	サイコロ豆腐	78	さといも	24	たまねぎ	12	米油	0.6	豚肉	48		
	豚肉	30	にんじん	8.6	にんじん	18	薄口しょうゆ	0.6	こんにゃく	36	牛乳	206
	料理酒	0.96	だいこん	18	はくさい	24	出来上がり量	60	たまねぎ	48		
	たまねぎ	66	ごぼう	6	ほうれんそう	12			にんじん	24	鶏肉	36
	にんじん	12	こまつな	6	トマト	12	牛乳	206	はくさい	54	たまねぎ	30
	たけのこ	6	ねぎ	6	トマトピューレ	6			ねぎ	24	さといも	30
	グリンピース	3.6	しいたけ	0.6	粉チーズ	2.5	わかめ	1	しょうが	0.6	だいこん	18
	しいたけ	0.6	豆腐	18	コンソメ	1.8	なると	12	しいたけ	0.36	にんじん	12
	しょうが	0.6	煮干し	2.4	白ワイン	0.96	だいこん	30	砂糖	3.84	マッシュルーム	6
	にんにく	0.48	混合厚削り	2.4	塩	0.36	にんじん	12	みりん風調味料	1.2	さやいんげん	3.6
	カレールウ甘口	2.88	赤みそ	5.4	こしょう	0.02	たけのこ	12	濃口しょうゆ	9.6	にんにく	0.24
	カレールウ中辛口	4.32	白みそ	5.4	バジル	0.02	ねぎ	9.6	料理酒	2.4	鶏ガラスープ	12
	豆板醤	0.3	水	168	水	120	薄口しょうゆ	3.6	米油	1.2	カレールウ甘口	5
	豚と鶏ガラスープ	4.9	出来上がり量	240	出来上がり量	235	塩	0.12	水	18	カレールウ中辛口	12
	中華スープ	0.96					豚と鶏ガラスープ	24	出来上がり量	195	トマトピューレ	9.6
	トマトケチャップ	1.92	鶏肉（A）	50	コーンフライ	60	中華スープ	1.2			トマトケチャップ	2.4
	濃口しょうゆ	3	米油	0.5	米油	6	ごま/ごま油	1.8/1.2	野菜かき揚げ	50	チーズ	3.6
	砂糖	0.48	ごま	1.2			水/出来上がり量	144/240	米油	5	コンソメ	0.6
	でん粉	1.8	砂糖	3.6	干しひじき	1.2					牛乳	6
	米油	0.96	濃口しょうゆ	4.8	キャベツ	36	ハンバーグ（バラ凍）	80	こまつな	28	カレー粉	0.06
	水	40	みりん風調味料	1.2	赤ピーマン	6	米油/砂糖	0.8/2.4	キャベツ	30	ガラムマサラ	0.1
	出来上がり量	225	和風だし	0.12	黄ピーマン	6	濃口しょうゆ/穀物酢	3/2.4	もやし	30	米油	1.2
			料理酒	1.2	出来上がり量	46	料理酒/でん粉	0.6/0.36	ねりごま	6.6	水	102
	にらまんじゅう	54	でん粉	0.6			水	0.96	濃口しょうゆ	2.4	出来上がり量	258
			水	7.2	ごまクリーミードレッシング	7.5			砂糖	1.8		
	鶏肉/キムチ	18/4.8					鶏肉/冷凍絹揚げ28×28×13	6/24	出来上がり量	54	わかさぎフリッター	20
	チンゲンサイ	30	切干しだいこん/にんじん	7.2/9.6			キャベツ/もやし	18/12			米油	0.2
	しめじ	9.6	油揚げ/米油	3.6/0.6			チンゲンサイ/しょうが	6/0.24				
	しょうが	0.3	砂糖/料理酒	0.84/0.96			にんにく/米油	0.18/1.2			ブロッコリー/キャベツ	36/12
	濃口しょうゆ	1.2	みりん風調味料/濃口しょうゆ	0.96/3.6			中華スープ/赤みそ	0.36/1.8			ショルダーベーコン/オリーブオイル	6/0.36
	塩	0.12	和風だし/水	0.3/12			濃口しょうゆ/砂糖	1.2/1.2			にんにく/一味唐辛子	0.36/0.02
	こしょう	0.01	出来上がり量	53			料理酒/ごま油	3.6/0.6			コンソメ/塩	0.06/0.19
	ごま油	1.2					でん粉/水	0.6/0.3			こしょう/出来上がり量	0.02/50
	出来上がり量	53	ヨーグルト	70			出来上がり量	72			乳酸菌飲料	65

松伏町学校給食センター　ほほえみ　中学校

①令和 8 年度 12 月分　献立表詳細

日	12月17日（木）		12月18日（金）		12月21日（月）		12月22日（火）					
献立名	地粉うどん 牛乳 五目みそうどん 桃まん 鶏肉とポテトの甘辛炒め		ご飯（彩のきずな） 牛乳 レンファ―タン 鰺のチリソースがけ 松伏野菜と春雨のサラダ 中華ドレッシング		麦ご飯 牛乳 ハッシュドビーフ チキンクリスピー グリーンサラダ サウザンドレッシング クリスマスチョコケーキ		ご飯 牛乳 かぼちゃのみそ汁 メンチカツ 大根のゆず甘酢和え ソース					
材料名及び分量（一人分のグラム数）		（g）		（g）		（g）		（g）		（g）		（g）
	地粉うどん	100	米	100	米	90	米	100				
					麦	10	強化米	0.3				
	牛乳	206	牛乳	206	強化米	0.3						
							牛乳	206				
	豚肉	18	鶏肉	28	牛乳	206						
	油揚げ	3.6	卵	24			鶏肉	12				
	ねぎ	12	たまねぎ	12	牛肉	36	生揚げ	24				
	にんじん	12	にんじん	12	たまねぎ	48	かぼちゃ	30				
	こまつな	6	チンゲンサイ	18	にんじん	24	たまねぎ	12				
	だいこん	18	クリームコーン	18	れんこん	12	ねぎ	12				
	はくさい	12	鶏ガラスープ	8.5	マッシュルーム	6	にんじん	12				
	しいたけ	0.6	中華スープ	0.78	グリンピ―ス	6	煮干し	2.4				
	しょうが	0.12	塩	0.36	トマトケチャップ	14.4	かつお厚削り	2.4				
	赤みそ	7.2	こしょう	0.02	トマト	12	赤みそ	6				
	みそラーメンスープ	6	ごま油	0.6	ハヤシルウ	12	白みそ	4.8				
	砂糖	1.44	でん粉	2.4	デミグラスソース	15.6	水	168				
	料理酒	0.84	水	138	赤ワイン	1.2	出来上がり量	240				
	みりん風調味料	0.84	出来上がり量	240	コンソメ	0.24						
	濃口しょうゆ	1.8			こしょう	0.02	メンチカツ	60				
	でん粉	4.2	あじフィレ切身でん粉付	50	しょうが	0.36	米油	6				
	煮干し	2.4	米油	5	にんにく	0.36						
	水	204	ねぎ	6	米油	1.2	だいこん	66				
	出来上がり量	264	しょうが	0.48	水	72	みずな	6				
			にんにく	0.48	出来上がり量	255	ゆず	0.96				
	桃まんじゅう	25	豆板醤	0.06			穀物酢	5.4				
	エンボス手袋	1	砂糖	0.96	ささみクリスピー	20	砂糖	3.6				
			料理酒	0.96	米油	0.2	塩	0.24				
	鶏肉	35	トマトケチャップ	7.2			出来上がり量	45.6				
	でん粉	7.2	米油	0.24	キャベツ	42						
	米油	4.8	水	0.6	きゅうり	12	中濃ソ―ス200ml	4.2				
	冷凍ダイスポテト	25			とうもろこし	18						
	たまねぎ	12	はるさめ	5.4	出来上がり量	36						
	ピ―マン	6	こまつな	18								
	赤ピーマン	6	にんじん	6	サウザンドレッシング	7.5						
	米油	1.2	はくさい	12								
	濃口しょうゆ	4.2	ごま	0.6	クリスマスチョコケーキ	24						
	砂糖	3.6	出来上がり量	45								
	出来上がり量	65										
			中華ドレッシング	7.5								