

令和8(2026)年



9月の学校給食献立予定表



今月使用予定の地場産(岡垣町周辺)食材

米 なす 小松菜 きゅうり
パプリカ 冬瓜 ピーマン 水菜



岡垣町中学校給食センター

日	曜	献立名		主な材料と体内での働き						エネルギー (Kcal)	
				おもに体の組織をつくる(赤のグループ)		おもに体の調子を整える(緑のグループ)		おもにエネルギーになる(黄のグループ)			
		主食	牛乳	副食	1群 (魚、肉、卵、豆、豆製品)	2群 (牛乳、小魚、海藻)	3群 (緑黄色野菜)	4群 (その他の野菜、果物)	5群 (穀類、いも類、砂糖)	6群 (油脂)	
1	火	 白ご飯		いわしの生姜煮 缶詰サラダ 麴の味噌汁	いわし ツナ 豆腐 味噌	牛乳 わかめ	人参	切干大根 キャベツ きゅうり コーン 玉ねぎ えのき 生姜	米 麴	マヨネーズ	786
2	水	 ロールパン		ペンネのミートソース チーズサラダ 梨	牛肉 豚肉	牛乳 チーズ	人参 トマト	玉ねぎ マッシュルーム 生姜 にんにく きゅうり キャベツ 梨	ロールパン ペンネマカロニ 砂糖	油	730
3	木	 白ご飯		なす入り麻婆豆腐 揚げぎょうざ(2個) ナムル	鶏肉 豚肉 豆腐 味噌 餃子	牛乳	ねぎ 人参	生姜 にんにく 玉ねぎ 椎茸(なす)もやし キャベツ(きゅうり)	米 砂糖 片栗粉	油 ごま ごま油 ラー油	851
4	金	 白ご飯		豚肉とじゃがいもの煮物 和風サラダ	豚肉 鶏肉	牛乳 わかめ	人参 いんげん	玉ねぎ 椎茸 キャベツ(きゅうり)	米 じゃがいも しらたき 砂糖	油	750
7	月	 コッペパン		豆乳コーンシチュー チップスサラダ	鶏肉 ベーコン 豆乳 白いんげん豆	牛乳 チーズ	人参 パセリ	玉ねぎ コーン きゅうり キャベツ	コッペパン じゃがいも 砂糖 小麦粉	バター 油	705
8	火	 わかめご飯(減量)		焼きうどん ごぼうのごまマヨネーズ和え	豚肉 かまぼこ かつお節 ツナ	牛乳 わかめ	人参 ねぎ	玉ねぎ キャベツ もやし ごぼう きゅうり コーン	米 うどん マヨネーズ	油 ごま	756
9	水	 ミルクコッペパン		ホキのカレームニエル チキンサラダ ジャーマンスープ	ホキ 鶏肉	牛乳	人参 水菜	きゅうり キャベツ コーン レモン 玉ねぎ セロリ	ミルクコッペパン 小麦粉 砂糖 じゃがいも	バター 油	701
10	木	 白ご飯		鶏肉と大豆の揚げからめ 野菜の昆布和え なすの味噌汁	鶏肉 大豆 豆腐 油揚げ 味噌	牛乳 昆布	人参 ねぎ	枝豆 生姜 キャベツ(きゅうり) なす 玉ねぎ	米 片栗粉 砂糖	油 ごま	827
11	金	 麦ご飯		親子丼 小松菜の梅おかか和え	鶏肉 かまぼこ 卵 かつお節	牛乳	人参 ねぎ 小松菜	玉ねぎ 椎茸 キャベツ もやし 梅	米 麦 砂糖	油	743
14	月	 食パン		ドライカレー スライスチーズ マカロニ入り野菜スープ	牛肉 豚肉 大豆 鶏肉	牛乳 チーズ	人参 パセリ	生姜 にんにく 玉ねぎ セロリ キャベツ	食パン 小麦粉 マカロニ	油	705
15	火	 岡垣産ご飯		鰯の柚子胡椒焼き 大豆の磯煮 キャベツの味噌汁	あじ 大豆 さつま揚げ 豆腐 油揚げ 味噌	牛乳 ひじき	人参 ねぎ	椎茸 枝豆 キャベツ えのき 玉ねぎ	米 砂糖	油	734
16	水	 ワンローフパン		ポークビーンズ カラフルサラダ 黒豆黄粉クリーム	豚肉 大豆 鶏肉	牛乳	人参 トマト パプリカ	にんにく 玉ねぎ グリーンピース キャベツ(きゅうり) キャベツ(きゅうり)	ワンローフパン じゃがいも 黒豆黄粉クリーム	油	701
17	木	 白ご飯		味噌カツ 酢の物 冬瓜のすまし汁	鶏肉 味噌 豆腐 かまぼこ	牛乳 わかめ	人参 ねぎ	キャベツ(きゅうり) 冬瓜 えのき	米 小麦粉 パン粉 砂糖 片栗粉	油 ごま	773
18	金	 白ご飯		ブルコギ チンゲン菜と卵のスープ	豚肉 鶏肉 卵	牛乳	人参 にら ねぎ チンゲン菜	キャベツ 玉ねぎ にんにく 生姜 きくらげ コーン	米 砂糖 片栗粉	油 ごま油	704
24	木	📅 中間検査1日目 🍕									
25	金	 麦ご飯		秋野菜カレー フルーツヨーグルト和え	豚肉	牛乳 チーズ ヨーグルト	人参	生姜 にんにく エリンギ なす しめじ 玉ねぎ りんご みかん バイন もも	米 小麦粉 じゃがいも	油 バター	863
28	月	 県産麦食パン		鶏肉のハニーマスタード焼き コーンサラダ りんごジャム ラビオリ入り野菜スープ	鶏肉	牛乳	人参	コーン(きゅうり) キャベツ レモン 玉ねぎ セロリ	県産麦食パン りんごジャム 砂糖 はちみつ ラビオリ	油	712
29	火	 白ご飯		魚の南蛮漬け 即席漬け じゃがいもの味噌汁	赤魚 豆腐 油揚げ 味噌	牛乳	人参 ねぎ ピーマン パプリカ	玉ねぎ キャベツ きゅうり たくあん じゃがいも	米 片栗粉 砂糖 じゃがいも	油 ごま	810
30	水	 キャロットパン		和風スパゲティ 白いんげん豆とツナのサラダ	ベーコン 白いんげん豆 ツナ	牛乳	人参 小松菜	にんにく 玉ねぎ しめじ 椎茸 エリンギ キャベツ(きゅうり) レモン	キャロットパン スパゲティ 砂糖	油 オリーブ油	703

かまぼこなどの練り製品・ハムなどの肉加工品・マヨネーズは
卵の入っていない製品を使用しています。



☆ ○ は、地場産の食材を使用する予定です。

☆ 米は遠賀郡産の「夢つくし」です。月に1回は岡垣産を使います。

☆ 食材の都合により献立の一部が変更になることがあります。



毎月19日は「食育の日」

給食に関する標語

岡垣中学校のみさんから寄せられた
標語を、毎月紹介しています。

今日の給食 なにがでるかな たのしみだ 岡垣中学校 2年

休み明け 美味しい給食 嬉しいな 岡垣中学校 3年



長い夏休みが明けて、久しぶりの給食を楽しみに待っている人がいたら嬉しいです。
「今日の給食、何かな?」と、みなさんがわくわくするような、おいしくて魅力的な給食を考えていきます♪