

いがっこ給食センター夢（中学校）

25/06/02（月）	
1	ポークハヤシライス
2	牛乳
3	フレンチサラダ

25/06/03（火）	
1	減量白ごはん
2	牛乳
3	しいらのパン粉焼き
4	トマトソース
5	きのこの添えパスタ
6	もずくとたまねぎのみそ汁

25/06/04（水）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	肉豆腐
4	モロヘイヤのおかか和え
5	たくあん漬

25/06/05（木）	
1	ツナとエリンギのチャーハン
2	牛乳
3	ごぼうチップス
4	卵スープ

25/06/06（金）	
1	黒糖パン
2	牛乳
3	かぼちゃのクリームシチュー
4	アスパラのドレッシングサラダ

No	食品名
1	精白米 おおむぎ サラダ油 にんにく しょうが セロリー 豚もも肉 食塩 白こしょう 赤ワイン 玉ねぎ にんじん じゃがいも ベイリーフ 赤ワイン トマトピューレー ウスターソース トマトケチャップ 米粉ハイシルウ
2	牛乳
3	キャベツ にんじん きゅうり 玉ねぎ ホールコーン サラダ油 サラダビネガー さとう 天塩 白こしょう

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	しいら（長崎県） 食塩 白こしょう パン粉 サラダ油 バター
4	サラダ油 玉ねぎ トマトダイス缶 トマトケチャップ さとう 食塩
5	サラダ油 にんにく 玉ねぎ 生しいたけ 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ スパゲティ
6	だし用かつお節 たまねぎ にんじん 刻み油あげ 白みそ 赤みそ もずく 葉ねぎ

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 牛小間切れ肉 酒 糸こんにゃく にんじん 玉ねぎ だし用かつお節 さとう みりん こいくちしょうゆ 焼き豆腐 葉ねぎ
4	モロヘイヤ 緑豆もやし うすくちしょうゆ 削り節
5	たくあん漬

No	食品名
1	精白米 おおむぎ うすくちしょうゆ サラダ油 にんにく ライトツナフレー にんじん 玉ねぎ エリンギ みりん こいくちしょうゆ 食塩 白こしょう コンソメ 葉ねぎ ごま油
2	牛乳
3	ごぼう でんぶん 白絞油 食塩
4	だし用かつお節 しょうが うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう にんじん 木綿豆腐 でんぶん 鶏卵 カットわかめ 葉ねぎ ごま油

No	食品名
1	黒糖パン
2	牛乳
3	サラダ油 鶏もも肉 白ワイン 天塩 白こしょう 玉ねぎ にんじん ベイリーフ だし用かつお節 西洋かぼちゃ 薄力粉 バター 牛乳 生クリーム
4	アスパラガス キャベツ にんじん きゅうり 玉ねぎ サラダ油 サラダビネガー さとう 食塩 白こしょう

いがっこ給食センター夢（中学校）

25/06/09（月）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	豚肉の卵とじ
4	わかめときゅうりの酢の物
5	みかんゼリー

25/06/10（火）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	小えびのから揚げ
4	チリソース
5	もやしのナムル
6	豆腐スープ

25/06/11（水）	
1	減量白ごはん
2	牛乳
3	焼きそば
4	ツナの青じそサラダ
5	ひじきのり

25/06/12（木）	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	厚揚げの肉みそかけ
4	キャベツのゆかり和え
5	じゃがいものうま煮

25/06/13（金）	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	いわしフライ
4	一食用 ウスターソース
5	カレーキャベツ
6	えのきのみそ汁

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 豚もも肉 酒 にんじん 玉ねぎ だし用かつお節 糸こんにゃく こいくちしょうゆ みりん さとう でんぷん 鶏卵 葉ねぎ
4	きゅうり カットわかめ はるさめ 米酢 うすくちしょうゆ 食塩 さとう
5	みかんゼリー

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	冷凍小えび（インドネシア） でんぷん 白絞油
4	サラダ油 にんにく トウバンジャン 玉ねぎ 赤ワイン トマトケチャップ さとう 食塩
5	にんじん 緑豆もやし 食塩 うすくちしょうゆ ごま油
6	だし用かつお節 しょうが 干ししいたけ 玉ねぎ うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう 木綿豆腐 カットわかめ 葉ねぎ ごま油

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 豚ばら肉 にんじん 玉ねぎ キャベツ 食塩 白こしょう ウスターソース とんかつソース ゆで中華めん
4	ライトツナフレー 緑豆もやし きゅうり ホールコーン 青じそ さとう こいくちしょうゆ 天塩 米酢
5	ひじきのり

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	厚揚げ サラダ油 豚ミンチ 酒 赤みそ さとう みりん
4	キャベツ きゅうり ゆかり 食塩
5	サラダ油 鶏もも肉 酒 糸こんにゃく 干ししいたけ にんじん 玉ねぎ じゃがいも だし用かつお節 さとう こいくちしょうゆ

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	いわし開き（鳥取県） 食塩 白こしょう 薄力粉 でんぷん サラダ油 パン粉 白絞油
4	1食用ウスターソース
5	キャベツ 食塩 カレー粉
6	だし用かつお節 木綿豆腐 玉ねぎ にんじん 刻み油あげ えのきたけ 白みそ 赤みそ 葉ねぎ

いがっこ給食センター夢（中学校）

25/06/16（月）	
1	中華飯
2	牛乳
3	のりポテト

25/06/17（火）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	ちくわのごま焼き
4	ほうれんそうの辛子和え
5	ひじきの炒り煮

25/06/18（水）	
1	チキンカレーライス
2	牛乳
3	コーンサラダ

25/06/19（木）	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	厚揚げ入りチンジャオロースー
4	ポテトサラダ
5	味付けのり

25/06/20（金）	
1	コッペパン
2	牛乳
3	ミートペンネ
4	オニオンドレッシングサラダ
5	メープルジャム

No	食品名
1	精白米 おおむぎ サラダ油 にんにく しょうが 豚もも肉 いか短冊（青森県） 酒 干ししいたけ 穂先たけのこ水煮 にんじん 玉ねぎ うずら卵水煮 天塩 白こしょう みりん うすくちしょうゆ はくさい 葉ねぎ でんぷん ごま油
2	牛乳
3	じゃがいも 白絞油 食塩 あおのり

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	焼き竹輪 ノンエッグマヨネーズ うすくちしょうゆ いりごま
4	ほうれん草 緑豆もやし うすくちしょうゆ 洋からし
5	つきこんにゃく こいくちしょうゆ だし用かつお節 みりん サラダ油 ひじき にんじん 刻み油あげ さとう

No	食品名
1	精白米 おおむぎ サラダ油 にんにく しょうが セロリー 鶏もも肉 赤ワイン 食塩 白こしょう カレー粉 玉ねぎ にんじん ベイリーフ じゃがいも フルーツチャツネ ウスターソース トマトピューレー オールスパイス カレールウ米粉
2	牛乳
3	キャベツ にんじん きゅうり 玉ねぎ 食塩 ホールコーン サラダ油 サラダビネガー さとう 天塩 白こしょう

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	サラダ油 にんにく しょうが 豚もも肉 酒 にんじん 玉ねぎ たけのこ水煮 厚揚げ 青ピーマン オイスターソース さとう こいくちしょうゆ 食塩 白こしょう でんぷん ごま油
4	じゃがいも きゅうり にんじん 玉ねぎ 食塩 白こしょう 洋からし サラダビネガー さとう ノンエッグマヨネーズ
5	味付けのり

No	食品名
1	コッペパン
2	牛乳
3	なたね油 にんにく セロリー 豚ミンチ 赤ワイン 玉ねぎ トマトダイス水煮 天塩 白こしょう トマトケチャップ トマトペースト トマトピューレー ウスターソース さとう オールスパイス マカロニ（ペンネ）
4	キャベツ きゅうり にんじん 玉ねぎ さとう こいくちしょうゆ 天塩 白こしょう サラダ油 サラダビネガー
5	メープルジャム

いがっこ給食センター夢（中学校）

25/06/23（月）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	伊賀牛肉じゃが
4	春雨サラダ
5	つぼ漬け

25/06/24（火）	
1	減量白ごはん
2	牛乳
3	鯖の塩焼き
4	キャベツのごまあえ
5	しょうゆラーメン汁

25/06/25（水）	
1	キムたくチャーハン
2	牛乳
3	チンゲン菜のとりみスープ
4	大豆のかりんとう

25/06/26（木）	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	焼きウインナー
4	ケチャップ
5	小松菜の磯辺和え
6	五目きんぴら

25/06/27（金）	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	油淋鶏
4	チンゲン菜のごま和え
5	わかめスープ

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 牛小間切れ肉 酒 糸こんにゃく にんじん 玉ねぎ だし用かつお節 じゃがいも さとう こいくちしょうゆ
4	はるさめ にんじん きゅうり キャベツ 洋辛子 米酢 食塩 さとう うすくちしょうゆ ごま油
5	つぼ漬

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	鯖（ノルウェー） 酒 食塩
4	キャベツ にんじん うすくちしょうゆ いりごま
5	ラード にんにく しょうが 豚もも肉 酒 だし用かつお節 はくさい ホールコーン こいくちしょうゆ トウバンジャン 食塩 白こしょう さとう 葉ねぎ ごま油 乾麺

No	食品名
1	精白米 おおむぎ うすくちしょうゆ サラダ油 豚もも肉 酒 玉ねぎ キムチ たくあん漬 食塩 白こしょう 葉ねぎ ごま油
2	牛乳
3	しょうが だし用かつお節 生しいたけ 穂先たけのこ水煮 にんじん 玉ねぎ うすくちしょうゆ 天塩 うずら卵水煮 でんぷん チンゲン菜 ごま油
4	大豆 でんぷん 白絞油 黒砂糖

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	ウインナー
4	トマトケチャップ
5	こまつな キャベツ うすくちしょうゆ 焼き角きざみのり
6	サラダ油 鶏もも肉 酒 つきこんにゃく ごぼう にんじん こいくちしょうゆ さとう 和風だし ごま油 いりごま 一味唐辛子

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	鶏もも肉 こいくちしょうゆ 酒 でんぷん 白絞油 葉ねぎ しょうが にんにく 米酢 さとう ごま油
4	チンゲン菜 キャベツ うすくちしょうゆ いりごま
5	だし用かつお節 にんじん 玉ねぎ 絹ごし豆腐 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ カットわかめ 葉ねぎ ごま油

25/06/30（月）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	鯖の照り焼き
4	きゅうり漬
5	厚揚げとキャベツのみそ炒め

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	さわら（韓国） さしみたまり こいくちしょうゆ 酒 みりん さとう
4	きゅうり みりん さとう こいくちしょうゆ しょうが
5	サラダ油 にんにく 豚小間切れ 酒 食塩 にんじん 玉ねぎ キャベツ 厚揚げ 赤みそ こいくちしょうゆ さとう 一味唐辛子 ごま油