

令和8年（2026年）8・9月献立表

荒井中学校・竜山中学校・松陽中学校・宝殿中学校・鹿島中学校

日(曜)	26日(水)		27日(木)		28日(金)		31日(月)		1日(火)		2日(水)		3日(木)		4日(金)		7日(月)		8日(火)		9日(水)		10日(木)	
献立	小型パン 牛乳 焼きそば かぼちゃのサラダ		麦ごはん 鶏すき丼 牛乳 和風サラダ		ごはん 牛乳 枝豆と豚肉の炒め物 肉団子スープ		ごはん 牛乳 鶏肉のチリソース キャベツのゆかりあえ ばち汁		冷凍パン 牛乳 ツナじゃが コーンソイスープ いちごミックスジャム		麦ごはん チキンささみカレー 牛乳 コールスローサラダ ヨーグルト		ごはん 牛乳 かつおとちくわの磯香あえ 小松菜のナムル みそ汁		パン 牛乳 フランクフルト 野菜サラダ 春雨のスープ		パン 牛乳 フェジョアアダー ソーセージと野菜のソテー チョコレートクリーム		ごはん 牛乳 厚揚げとれんこんのピリ辛炒め けんちん汁 ブルーベリータルト		ごはん 牛乳 照り焼きハンバーグ いんげんと玉ねぎのソテー 湯葉のスープ		ごはん 牛乳 みそカツ ブロッコリーのサラダ かき卵汁	
食品名 (9)	小型パン	1個	精白米	1食	精白米	1食	精白米	1食	冷凍パン	1個	精白米	1食	精白米	1食	パン	1個	パン	1個	精白米	1食	精白米	1食	精白米	1食
	牛乳	1本	大麦	10	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	大麦	10	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本
	焼きそば麺	58	強化米	0.50	枝豆(冷)	13	鶏もも肉皮付	35	マグロフレーク	10	強化米	0.50	かつお	32	フランクフルト	1本	豚もも肉	25	鶏もも肉皮付	20	ハンバーグ	1個	チキンカツ	1個
	豚もも肉	26	鶏むね肉	25	豚もも肉	25	鶏むね肉	40	じゃがいも	55	ささみフレーク	18	でんぷん	4	ケチャップ	7	ミックスビーイズ	13	れんこん	20	でんぷん	0.65	食用油	9
	いか	13	鶏むね肉皮付	20	しょうが	0.98	でんぷん	13	たまねぎ	30	大豆水煮	10	ちくわ	20	中濃ソース	2	ひよこ豆	7	にんじん	20	濃口しょうゆ	2.66	赤みそ	3.10
	ちくわ	10	たまねぎ	70	塩	0.12	食用油	9	にんじん	12	じゃがいも	54	おろししょうが	0.50	三温糖	2	じゃがいも	60	厚揚げ	30	みりん	1.00	三温糖	2.33
	キャベツ	53	さががきごぼう	20	こしょう	0.01	トマトダイス	19	しらたき	20	たまねぎ	55	あおさ粉	0.30	キャベツ	34	さやいんげん(冷)	5	三温糖	1.11	濃口しょうゆ	0.44		
	にんじん	16	しらたき	26	ガーリックパウダー	0.07	しょうが	0.78	サラダ油	0.39	にんじん	22	濃口しょうゆ	2.60	にんじん	9	にんじん	22	ごま油	0.33	さやいんげん(冷)	3	ウスターソース	1.00
	葉ねぎ	2	にんじん	13	干ししいたけ	0.50	にんにく	0.13	濃口しょうゆ	2.70	カレールウ(無添加)	10	三温糖	1.56	ホールコーン(冷)	6	おろしにんにく	0.15	しょうが	0.60	たまねぎ	38	みりん	2
	削り粉	1.00	岩津ねぎ(冷)	6	たけのこ	15	サラダ油	0.39	三温糖	1.70	みりん	0.52	パセリ	0.10	イタリアンドレッシング	4	パセリ	0.10	おろしにんにく	0.30	サラダ油	0.39	すりごま	0.30
	あおさ粉	0.39	三温糖	4.16	にんじん	9	ケチャップ	6.50	ベーコン	10	塩	0.28	小松菜	10	ベーコン	10	デミグラスソース	13	塩	0.11	塩	0.11	ブロッコリー(冷)	30
	中濃ソース	9.10	濃口しょうゆ	9.17	たまねぎ	35	チリパウダー	0.01	たまねぎ	25	こしょう	0.07	スープの素	0.46	ケチャップ	9.36	こしょう	0.02	こしょう	0.03	カリフラワー(冷)	10		
	ウスターソース	9.10	みりん	2.60	サラダ油	0.39	料理酒	0.26	たまねぎ	25	こしょう	0.07	小松菜(冷)	20	たまねぎ	25	三温糖	0.40	濃口しょうゆ	1.60	スープの素	0.11	にんじん	6
	サラダ油	0.65	サラダ油	0.65	スープの素	0.32	三温糖	2.60	にんじん	9	スー	0.46	もやし	20	ほうれん草(冷)	13	スープの素	1.11	三温糖	0.90	ベーコン	10	サウザンアイランド・ドレッシング	6
	塩	0.29	でんぷん	2.50	濃口しょうゆ	1.62	濃口しょうゆ	0.26	パセリ	0.10	牛乳	1本	にんじん	7	にんじん	10	塩	0.27	コチュジャン	0.80	たまねぎ	26	豆腐	30
	こしょう	0.04	削り節	0.50	オイスターソース	0.39	キャベツ	45	クリームコーン(缶)	65	切干大根	3.90	白ごま	1.00	はるさめ	2.60	こしょう	0.07	テンメンジャン	1.30	ほうれん草(冷)	13	鶏卵	20
	かぼちゃ(冷)	20	牛乳	1本	でんぷん	0.65	ゆかり	0.39	ホールコーン(冷)	3	キャベツ	23	三温糖	1.11	スープの素	1.10	サラダ油	0.65	トウバンジャン	0.08	にんじん	9	液卵	15
	ブロッコリー(冷)	15	キャベツ	34	ミートボール	39	そうめん ばち	6.50	豆乳	20	にんじん	7	酢	0.50	薄口しょうゆ	4	フランクフルト	13	料理酒	1.00	ゆば	2	にんじん	9
	じゃがいも	15	にんじん	9	うずら卵	17	油あげ	4	コーンスターチ	1.30	ホールコーン(冷)	6	濃口しょうゆ	2.55	塩	0.23	チンゲン菜(冷)	8	でんぷん	0.65	スープの素	1.10	えのきたけ	5
	にんじん	10	ホールコーン(冷)	6	たまねぎ	25	たまねぎ	26	サラダ油	0.39	コールスロードレッシング	6	ごま油	0.20	こしょう	0.07	たまねぎ	15	豆腐	38	薄口しょうゆ	4	葉ねぎ	3
	サウザンアイランド・ドレッシング	6	ほうれん草(冷)	15	ほうれん草(冷)	15	にんじん	10	スープの素	1.50	ヨーグルト	1個	豆腐	26	キャベツ	23	つきこんにやく	6	塩	0.23	でんぷん	0.65		
			和風ごまドレッシング	7	にんじん	9	葉ねぎ	3	塩	0.26	油あげ	4	油あげ	4	ホールコーン(冷)	6	にんじん	10	にんじん	10	こしょう	0.07	薄口しょうゆ	4.50
					きくらげ	0.50	生しいたけ	1.00	こしょう	0.07	いちごミックスジャム	1個	さつまいも	23	にんじん	10	ごぼう	12	さといも	10			塩	0.23
					スープの素	1.30	薄口しょうゆ	4	みりん	0.60			葉ねぎ	3	葉ねぎ	3	ごま油	0.39	薄口しょうゆ	4.50			削り節	2.60
					薄口しょうゆ	4	塩	0.23	削り節	2.60			みそ	11.50	削り節	1.30	煮干し	1.30						
					こしょう	0.07													チョコレートクリーム	1個	塩	0.26	削り節	2.60
							</																	

2学期を元気に

スタート!

長い夏休みが終わり、学校生活が再開します。

まだまだ暑い日が続きますが、1日3食をきちんと摂り、生活リズムをととのえ、充実した学校生活が送れるようにしましょう。

給食費

について

給食費引落日
8月31日
(4期分)
4,400円

口座への入金をお願いします。

9月1日は

防災の日

9月1日(火)
《冷凍パン》個包装になっており、自然解凍で食べられます。
乳・卵は使用していません。
《ツナじゃが》レトルトのマグロフレークや常温保存可能な根菜類のじゃがいも・たまねぎ・にんじんを使用します。

9月1日は、防災の日です。その日を含む8月30日から9月5日までは、防災週間と定められています。その背景には、1923年9月1日は関東大震災が発生した日であることや、台風による大雨や洪水などの自然災害が多い時期であることが関係しています。この機会に災害への備えを考え、行動しましょう。

＊給食では、1日と2日に災害時の食を考える献立を提供します。

9月2日(水)

《チキンささみカレー》レトルトのささみフレークや大豆水煮
常温保存可能な根菜類のじゃがいも・たまねぎ・にんじんを使用します。
《コールスローサラダ》乾物の切干大根を使用します。

令和8年（2026年）9月献立表

荒井中学校・竜山中学校・松陽中学校・宝殿中学校・鹿島中学校

日(曜)	11日(金)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	24日(木)	25日(金)	28日(月)	29日(火)	30日(水)
献立	ごはん 牛乳 チャプチェ スープぎょうざ	黒糖パン 牛乳 シイラのレモンソース ささみの 青じそサラダ かぼちゃのスープ	パン 牛乳 ホットポット ツナとマカロニの サラダ ジョア(マスカット)	ごはん 牛乳 冬瓜と豚肉の みそ炒め 吉野汁 魚のふりかけ	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 シューマイ もやしのあえもの	わかめごはん 牛乳 筑前煮 こまつナ ごまサラダ	ごはん 牛乳 いわしのかば焼き風 ほうれん草のソテー 秋のみそ汁	パン 牛乳 鶏肉のスタミナ炒め 豆腐と野菜の 卵とじスープ ベビーチーズ	パン 牛乳 大豆の キーマカレー キャベツのスープ ぶどうゼリー	ごはん 牛乳 さんまの梅煮 小松菜のあえもの 田舎汁 のりふりかけ	ごはん 牛乳 豚肉の生姜焼き いんげんのごま和え 月見汁
	精白米 1食 牛乳 1本 豚もも肉 32 しょうが 0.78 ガーリックパウダー 0.07 にんじん 12 たけのこ 11 さやいんげん(冷) 2 干ししいたけ 0.50 はるさめ 6 白ごま 1.30 ごま油 0.65 スープの素 0.35 濃口しょうゆ 2.30 三温糖 1.00 料理酒 0.65 スープぎょうざ 22 豆腐 20 たまねぎ 30 にんじん 10 チンゲン菜(冷) 8 スープの素 1.10 薄口しょうゆ 4 塩 0.23 こしょう 0.04 ごま油 0.26	黒糖パン 1個 黒砂糖 14.40 シイラ 1切 でんぷん 13 食用油 6 薄口しょうゆ 3.20 三温糖 2.50 レモン果汁 0.65 ささみフレーク 8 だいこん 16 にんじん 9 もやし 20 きゅうり 10 青じそドレッシング 7 かぼちゃペースト 30 たまねぎ 38 にんじん 13 ベーコン 10 パセリ 0.10 豆乳 13 サラダ油 0.65 塩 0.33 こしょう 0.07 スープの素 1.70 コーンスターチ 1.30	パン 1個 牛乳 1本 鶏もも肉皮付 20 鶏むね肉 15 ベーコン 10 じゃがいも 55 たまねぎ 42 キャベツ 35 にんじん 17 ミックスビーンズ 3 パセリ 0.10 スープの素 1.11 サラダ油 0.65 塩 0.27 こしょう 0.07 マカロニ 8 マグロフレーク 8 きゅうり 15 にんじん 7 マヨネーズ風ドレッシング 6 サラダ油 1.00 ジョア(マスカット) 1本	精白米 1食 牛乳 1本 とうがん 45 豚もも肉 27 厚揚げ 28 にんじん 12 こんにゃく 16 さやいんげん(冷) 2 しょうが 0.98 ごま油 0.39 三温糖 1.10 料理酒 0.65 みそ 7.20 削り節 0.65 でんぷん 0.65 鶏むね肉 15 豆腐 26 たまねぎ 15 にんじん 9 油あげ 4 葉ねぎ 3 薄口しょうゆ 4.20 塩 0.30 料理酒 1.00 ごま油 0.26 シューマイ 3個 もやし 25 にんじん 7 小松菜(冷) 10 小松菜 5 濃口しょうゆ 1.78 三温糖 0.55 削り節 0.20	精白米 1食 牛乳 1本 豆腐 60 ブチ豆腐 50 豚ひき肉 30 葉ねぎ 5 しょうが 0.59 たまねぎ 20 にんじん 9 干ししいたけ 0.50 たけのこ 13 ちくわ 13 さやいんげん(冷) 6 サラダ油 0.65 塩 0.23 こしょう 0.07 ガーリックパウダー 0.07 みそ 3.60 濃口しょうゆ 5.77 三温糖 2.88 ケチャップ 6.50 オイスターソース 0.26 トウバンジャン 0.26 スープの素 0.72 でんぷん 1.70 ごま油 0.26 シューマイ 3個 もやし 25 にんじん 7 小松菜(冷) 10 小松菜 5 濃口しょうゆ 1.78 三温糖 0.55 削り節 0.20	精白米 1食 牛乳 1本 炊き込みわかめ 2.90 強化米 0.50 牛乳 1本 いわし 1枚 でんぷん 10 食用油 8 濃口しょうゆ 2.22 三温糖 1.16 みりん 1.00 ほうれん草(冷) 25 もやし 26 にんじん 8 サラダ油 0.39 濃口しょうゆ 1.73 たまねぎ 28 油あげ 4 さつまいも 18 なす 8 にんじん 10 えのきたけ 1.50 葉ねぎ 3 みそ 11.50 削り節 1.30 煮干し 1.30 【筑前煮】 福岡県の 郷土料理	精白米 1食 牛乳 1本 パン 1個 牛乳 1本 鶏むね肉 35 たまねぎ 3 おろしにんにく 0.20 大豆水煮 0.90 たまねぎ 50 にんじん 17 カレールウ 8 スープの素 0.30 こしょう 0.01 サラダ油 0.65 たまねぎ 40 キャベツ 30 にんじん 10 にら 5 スープの素 0.47 薄口しょうゆ 1.10 濃口しょうゆ 1.20 三温糖 0.56 豆腐 30 鶏卵 20 液卵 15 たまねぎ 25 にんじん 9 チンゲン菜(冷) 8 でんぷん 0.70 スープの素 1.10 薄口しょうゆ 4 塩 0.23 こしょう 0.07 ベビーチーズ 1個	パン 1個 牛乳 1本 牛ひき肉 13 豚ひき肉 17 大豆水煮 15 たまねぎ 50 にんじん 17 カレールウ 8 スープの素 0.20 ケチャップ 4 ウスターソース 1.00 ホールコーン(冷) 6 にんじん 9 濃口しょうゆ 1.78 三温糖 0.55 すりごま 1.00 鶏むね肉 13 たまねぎ 25 キャベツ 23 にんじん 10 マカロニ 2.60 ほうれん草(冷) 5 スープの素 1.10 薄口しょうゆ 4 塩 0.23 こしょう 0.07 ぶどうゼリー 1個	精白米 1食 牛乳 1本 さんま 筒切り 1切 おろししょうが 0.50 濃口しょうゆ 3.90 三温糖 3 料理酒 1.30 みりん 1.30 梅びしお 3.50 小松菜 15 小松菜(冷) 20 ホールコーン(冷) 6 にんじん 9 濃口しょうゆ 0.90 三温糖 0.62 すりごま 1.00 いももち 25 さといも 20 にんじん 10 ごぼう 8 だいこん 15 葉ねぎ 3 薄口しょうゆ 4.20 干ししいたけ 0.50 みそ 11.50 削り節 1.30 煮干し 1.30 のりふりかけ 1個	精白米 1食 牛乳 1本 豚もも肉 50 しょうが 1.00 たまねぎ 40 濃口しょうゆ 3.30 三温糖 0.80 みりん 2 料理酒 2 サラダ油 0.65 さやいんげん(冷) 5 もやし 20 にんじん 8 濃口しょうゆ 0.90 三温糖 0.62 すりごま 1.00 さといも 20 にんじん 10 ごぼう 8 だいこん 15 葉ねぎ 3 薄口しょうゆ 4.20 塩 0.23 削り節 2.50	
食品名	【チャプチェ】 韓国料理			旬の食材 とうがん		【筑前煮】 福岡県の 郷土料理	旬の食材 さつまいも・なす		旬の食材 さんま		お月見献立
											

市のホームページに
献立表がのって
います。



15日 ジョア(マスカット)
不足しがちな鉄とカルシウム
をプラスした、ミニサイズの
ジョアです。マスカット果汁の
スッキリ爽やかな味わいが
特徴です。



秋の年中行事 月見
お月見は、旧暦の8月15日に秋の美しい月を鑑賞する行事で、
「十五夜」や「中秋の名月」とも呼ばれます。お月見の日には、
お団子やすずき、里芋などをお供えて秋の収穫に感謝します。
今年の十五夜は**9月25日**です。給食では、**9月30日**に「いももち」
と「さといも」が入った**月見汁**を提供します。いももちはかぼちゃ
で色付けされており、黄色でお月様に見立てています。



お知らせ
給食費引落日 9月30日
(5期分) **4,400円**
口座への入金をお願いします。

高砂市では、給食費を据え置き、
食材費高騰分を市が負担して
います。

