

令和8年 8・9月



給食献立表



中学校

川崎町学校給食センター

日付 曜日	献立名 (主菜・主菜・副菜・汁物)	牛乳	使われている食品と体内での主な働き					
			赤の食品 (血や肉や骨になる)		緑の食品 (体の調子をととのえる)		黄色の食品 (熱や力のもとになる)	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
8/26 (水)	しそごはん 冷やし中華 ピリ辛チキン	☆	ロースハム 鶏肉 みそ	牛乳	しそ 人参	もやし きゅうり	米 強化米 中華めん 砂糖	
27 (木)	ハヤシライス【麦ごはん・ルウ】 小松菜とツナのサラダ	☆	豚肉 ツナ	白す干 牛乳	人参 小松菜	たまねぎ しめじ グリーンピース にんにく もやし コーン	米 強化米 大麦 砂糖	油
28 (金)	キムチごはん ほうれん草の磯辺和え トック	☆	豚肉 鶏肉	白す干 焼のり 牛乳	人参 ほうれん草 ねぎ	しょうが にんにく もやし 白菜 たまねぎ しいたけ	米 強化米 砂糖 トック でん粉	キムチ ごま油 ごま エッグケアマヨ ネーズ
31 (月)	ビビンバ【ごはん・具】 ワンタンスープ	☆	牛肉 鶏肉	牛乳	人参 にら 小松菜	しょうが ねぎ にんにく きくらげ たけのこ もやし キャベツ たまねぎ	米 強化米 砂糖 ワンタン	ごま油 ごま
9/1 (火)	ココア揚げパン チキンとポテトのハニーマスタードソテー 豆乳スープ みかんジュース	☆	鶏肉 ベーコン 白いんげん 無調整豆乳	牛乳	赤ピーマン 人参	たまねぎ にんにく キャベツ しめじ みかんジュース	コッパパン 砂糖 じゃがいも 蜂蜜	ココア 油
2 (水)	ごはん ごもくだいず 五目大豆 わかめサラダ 非常食(救給カレー)	☆	大豆 鶏肉 厚揚げ ツナ	若布 牛乳	人参 いんげん 小松菜	こんにゃく ごぼう キャベツ きゅうり	米 強化米 じゃがいも 砂糖	油 ごま油 すりごま
3 (木)	黒糖食パン ポークビーンズ ほうれん草のソテー 川崎町のぶどう(翠峰・ブラックビート)	☆	大豆 豚肉 ウインナー	牛乳	人参 ほうれん草	たまねぎ セロリ にんにく コーン ぶどう	黒糖パン じゃがいも 砂糖	油
4 (金)	ごはん さばの塩焼き れんこんのきんぴら 夏野菜の豚汁	☆	さば みそ 牛肉 豚肉 豆腐	牛乳	人参 かぼちゃ ねぎ	れんこん 糸こんにゃく なす たまねぎ もやし ごぼう	米 強化米 砂糖	ごま油

9月後半の献立はうらに続きます。

9月1日 防災の日

給食センターでは、災害時の非常食「救給カレー」を1200人分備蓄しています。「救給カレー」は、災害被災体験の教訓をもとに 全国の栄養教諭が開発した 非常食です。災害時に「安心しておいしく」食べるために、非常食の味や食べ方を知っておくことが大切です。川崎町では、定期的に非常食を給食で提供し、次の非常食を購入(補充)して備蓄をしています。この方法を「ローリングストック法」といいます。この機会に、ご家庭でも備蓄するものを決めたり、非常食の期限を確認したりしてみたいいかがでしょうか。

救給カレー

全学栄
救給カレー
学校給食用非常食
内容量: 150g

とくちよう

- ・アレルギーのある人でも食べられる(特定29品目不使用)
- ・国産の食材を使用している
- ・非常時に不足しがちな野菜をとることができる
- ・温めなくても 水がなくても そのまま食べられる
- ・容器がそのまま自立するので食べやすい

見直そう！
食品の備蓄

食品の賞味期限や量を確認しましょう。

乾物はすごい!!!

わたしたちは 地球で自立できない存在……

ではない!!

常温保存! 長期保存!

冷蔵保存!

日常的に 備蓄して 損はない!

だから かんたん防災!

気づいてくれー 買ってくれー!

♡♡ 原口さんのぶどうが 9月3日(木)に登場します! ♡♡

今が旬のぶどうが登場します。このぶどうは、川崎町 大ヶ原にある原口さんの農園で育ったぶどうです。原口さんは、いつも給食に出ている小松菜やセロリ、水菜などを作ってくれています。10月には、原口さんの農園の梨も登場予定です。お楽しみに!

旬の果物チェック表

旬とは、よくとれて味がもっともよい時期のことです。果物の旬を見てください。

しらぬい(デコポン)	びわ	さくらんぼ	ブルーベリー	メロン
いちご	きよみ	すいか		もも
ゆず				
みかん		りんご		なし
かんかん		かき		

通年(輸入)

バナナ オレンジ グレープ フルーツ バイナップル

家でも果物をとろう

ビタミンやミネラル、食物繊維が多く含まれる果物は、がんの予防に効果があるといわれています。一日200グラムを目様に、さまざまな旬の果物を食べましょう。

令和8年 9月



給食献立表



川崎町学校給食センター

日付 曜日	献立名 (主食・主菜・副菜・汁物)	牛乳	使われている食品と体内での主な働き					
			赤の食品 (血や肉や骨になる)		緑の食品 (体の調子をととのえる)		黄色の食品 (熱や力のもとになる)	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
7 (月)	ごはん おからのサラダ じゃが豚キムチの煮物	☆	おから ロースハム 豚肉	牛乳	人参 にら	きゅうり たまねぎ 糸こんにゃく	米 強化米 砂糖 じゃがいも	エッグケアマヨ ネーズ キムチ 油
8 (火)	減量キャロット食パン ナポリタンスパゲッティ 海そうサラダ	☆	ウインナー ツナ	海草サラダ 牛乳	人参 ピーマン	しめじ たまねぎ にんにく キャベツ コーン	キャロットパン スパゲッティ	オリーブオイル 青じそドレッシング
9 (水)	ごはん いわしの梅煮 ほうれん草のごまあえ あさりと切干大根のみそ汁	☆	いわし あさり 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	ほうれん草 人参 ねぎ	もやし 千切大根 たまねぎ	米 強化米 砂糖 里いも	ごま すりごま
10 (木)	フィッシュバーガー 【横割り丸パン・ホキフライ・キャベツのサラダ】 ミネストローネ	☆	ホキフライ ツナ 豚肉 大豆	牛乳	人参 トマト	キャベツ コーン たまねぎ セロリ にんにく	コッパパン じゃがいも マカロニ 砂糖	油 タルタルソース オリーブオイル
11 (金)	麦ごはん 厚焼卵 五目ビーフン 冬瓜のすまし汁	☆	卵 豚肉 鶏肉 豆腐	牛乳	人参 ねぎ	たまねぎ キャベツ きくらげ ねぎ 冬瓜	米 強化米 大麦 ビーフン でん粉	油
14 (月)	雑穀ごはん 豚肉の生姜焼き ごぼうサラダ 里芋のみそ汁	☆	豚肉 ツナ みそ	若布 牛乳	人参 ねぎ	たまねぎ しょうが ごぼう えのき 枝豆	米 強化米 雑穀ミックス 砂糖 でん粉 里いも	油 ごま ドレッシング
15 (火)	減量ミルクロールパン いかとあさりの海鮮ちゃんぽん シューマイ(3個) オレンジ ヨーグルツプムース	☆	豚肉 あさり 紫いか シューマイ	牛乳	人参	キャベツ たまねぎ もやし きくらげ オレンジ	ミルクパン ちゃんぽん ヨーグルツプ ムース	
16 (水)	ごはん あじごまフライ カリフラワーのすだち和え ごぼう団子のすまし汁	☆	あじ ごぼう 団子 豆腐	牛乳	ブロッコリー 人参 小松菜	カリフラワー すだち果汁 えのき	米 強化米 砂糖	油
17 (木)	減塩コッパパン マカロニのクリーム煮 ツナと大豆のサラダ	☆	鶏肉 ツナ 大豆	チーズ 牛乳	人参	たまねぎ しめじ 白菜 コーン キャベツ	減塩コッパパン マカロニ	生クリーム エッグケアマヨ ネーズ
18 (金)	ねぎ塩豚丼【ごはん・具】 春雨とにらの中華スープ ミニおはぎ	☆	豚肉 ミートボール	牛乳	人参 にら	もやし たまねぎ ねぎ にんにく レモン 白菜	米 強化米 大麦 でん粉 春雨 おはぎ	ごま油
21 (月)	敬老の日							
22 (火)	国民の休日							
23 (水)	秋分の日							
24 (木)	ナン キーマカレー マカロニスープ ソファールヨーグルト	☆	大豆 牛肉 豚肉 鶏肉	ヨーグルト 牛乳	人参 トマト	たまねぎ にんにく しょうが 白菜	ナン パン粉 じゃがいも マカロニ	
25 (金)	ごはん さんまのみぞれ煮 ブロッコリーのおかか和え 月見だんご汁	☆	さんま かつお節 鶏肉 月見蒲鉾	牛乳	ブロッコリー 人参 ほうれん草	大根 えのき	米 強化米 砂糖 白玉餅 里いも	
28 (月)	栗ごはん 牛肉とキャベツの甘辛炒め すいとん	☆	牛肉 鶏肉 みそ	牛乳	人参 ピーマン ねぎ	キャベツ たまねぎ しょうが にんにく えのき 大根 ごぼう	米 強化米 砂糖 すいとん	栗 油 ごま油
29 (火)	食パン りんご&マーガリン タンドリーチキン キャベツのレモンサラダ コンソメスープ	☆	鶏肉 ロースハム	牛乳	人参	にんにく しょうが キャベツ コーン たまねぎ 白菜	減塩食パン りんご&マーガ リン じゃがいも	エッグケアマヨ ネーズ
30 (水)	ごはん 麻婆豆腐 パンバンジーサラダ	☆	豚肉 豆腐 みそ ささみ	牛乳	人参	たまねぎ ねぎ しいたけ にんにく しょうが きゅうり もやし	米 強化米 砂糖 でん粉	油 ごま油 すりごま

地産地消 今月の川崎町の食材



にんじん・キャベツ・なす
きゅうり・こまつな・ピーマン
ぶどう・くり・みそ・こめ



ワイス 秋の彼岸に供えるものは？

- ① おはぎ
- ② 草もち
- ③ 鏡もち



正解は①です。秋の彼岸には萩の花が咲くのでおはぎといいます。おはぎとぼたもちは同じものですが、春の彼岸はぼたんの花が咲くのでぼたもちといいます。

材料等の都合により献立がかわることがあります。

十五夜は家族で



お月見しませんか