

# 令和7年 8・9月のきゅうしょくこんだて

Aブロック



高山市学校給食センター

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<b>25</b> 五目野菜ソテー 焼きしゅうまい(小2・中3) みそラーメン エネルギー(kcal) 小 591 中 764 塩分(g) 小 3.2 中 4.0	<b>26</b> ブロッコリーソテー かぼちゃひき肉フライ コッペパン ボークビーンズ エネルギー(kcal) 小 651 中 834 塩分(g) 小 2.4 中 3.2	<b>27</b> ゆかりあえ さばのたまだれかけ むぎごはん ふのすまし汁 エネルギー(kcal) 小 601 中 753 塩分(g) 小 1.9 中 2.3	<b>28</b> にんじんしげしげ 豚肉のスタミナ焼き むぎごはん もずくのみそ汁 エネルギー(kcal) 小 657 中 827 塩分(g) 小 1.9 中 2.4	<b>29</b> 塩昆布あえ 鶏肉のから揚げ(小1・中2) むぎごはん 白みそ汁 エネルギー(kcal) 小 650 中 838 塩分(g) 小 2.0 中 2.4
<b>1</b> グリーンサラダ フルーツのゼリーあえ ソフト麺 夏野菜ソース エネルギー(kcal) 小 659 中 868 塩分(g) 小 1.8 中 2.2	<b>2</b> キャベツソテー 鶏肉のバーベキューソース 黒パン ABCスープ エネルギー(kcal) 小 639 中 809 塩分(g) 小 2.6 中 3.4	<b>3</b> ブロッコリーのおかかあえ 豆腐の肉みそかけ(小1・中2) むぎごはん 鶏団子汁 エネルギー(kcal) 小 570 中 733 塩分(g) 小 2.0 中 2.6	<b>4</b> ハニラアイス ミントマト(小2・中3) きなこタワー 夏野菜カレー まるごと飛騨の日①	<b>5</b> 切干大根煮 さわらのごましょうゆ焼き むぎごはん 豚汁 エネルギー(kcal) 小 625 中 794 塩分(g) 小 2.2 中 2.7
<b>8</b> うま煮 なぎ焼きのソースかけ 五目うどん エネルギー(kcal) 小 545 中 696 塩分(g) 小 2.3 中 2.8	<b>9</b> コールスローサラダ えびカツ コッペパン ミネストローネ エネルギー(kcal) 小 584 中 741 塩分(g) 小 2.6 中 3.4	<b>10</b> ひじきの炒め煮 鶏肉のみそ焼き むぎごはん ためき汁 エネルギー(kcal) 小 603 中 780 塩分(g) 小 2.3 中 2.8	<b>11</b> レモンゼリー 豚肉のしょうが焼き 五目きんぴら むぎごはん 大根のみも汁 エネルギー(kcal) 小 657 中 822 塩分(g) 小 1.8 中 2.1	<b>12</b> ホキと高野豆腐の揚げ煮 おひたし むぎごはん さわにわん エネルギー(kcal) 小 552 中 715 塩分(g) 小 2.2 中 2.8
<b>15</b> 敬老の日 エネルギー(kcal) 小 664 中 848 塩分(g) 小 1.6 中 2.0	<b>16</b> もやしソテー チキンカツ 食パン 野菜スープ エネルギー(kcal) 小 549 中 703 塩分(g) 小 2.6 中 3.5	<b>17</b> ももゼリー 豚肉とトマトのチーズ焼き キャベツサラダ 飛騨野菜みそ汁 むぎごはん エネルギー(kcal) 小 692 中 867 塩分(g) 小 1.9 中 2.3	<b>18</b> 春巻き ワカメスープ ビビンバ エネルギー(kcal) 小 662 中 864 塩分(g) 小 2.9 中 3.6	<b>19</b> 小松菜サラダ 小魚アーモンド ソフト麺 ピリ辛みそソース エネルギー(kcal) 小 687 中 890 塩分(g) 小 2.7 中 3.3
<b>22</b> れんこんのおかか炒め 鶏肉とポテトの揚げ煮 むぎごはん のっぺい汁 エネルギー(kcal) 小 664 中 848 塩分(g) 小 1.6 中 2.0	<b>23</b> 秋分の日 エネルギー(kcal) 小 607 中 781 塩分(g) 小 2.2 中 2.9	<b>24</b> パンサンスー えびのチリソース むぎごはん ワンタンスープ エネルギー(kcal) 小 607 中 781 塩分(g) 小 2.2 中 2.9	<b>25</b> ひじきサラダ さけの塩焼き むぎごはん さつまいものみそ汁 エネルギー(kcal) 小 595 中 755 塩分(g) 小 1.9 中 2.3	<b>26</b> つくねと野菜の煮物 きなこ揚げパン 飛騨きのこうどん 飛騨の味 きのこ エネルギー(kcal) 小 704 中 847 塩分(g) 小 2.5 中 2.9
<b>29</b> シヤインマスカット 切干大根のごまあえ 和風ハンバーガー むぎごはん ゆばのすまし汁 季節の味 シヤインマスカット エネルギー(kcal) 小 630 中 809 塩分(g) 小 2.3 中 2.8	<b>30</b> さわやかサラダ ミートボールのケチャップあえ(小3・中4) コッペパン パンプキンスープ エネルギー(kcal) 小 670 中 875 塩分(g) 小 2.2 中 2.9	※高山市では、給食の食材にかかる費用の1/3を市が助成しています。 ※学校給食は「学校給食地産地消推進事業」により、県・市町村・JAグループの一部助成を受けています。 ※牛乳は毎日つきます。農林水産省の一部助成を受けています。 ※食材の購入等により献立が変更になることがあります。 ※学校給食の栄養量の基準 エネルギー：小学校650kcal 中学校830kcal 塩分：小学校2.0g 中学校2.5g ※業者配送		