

# 令和7年 8・9月のきゅうしょくこんだて

B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> 鶏肉のから揚げ 塩昆布あえ 小1・中2 むぎごはん 白みそ汁	<b>26</b> さばの ごまだれかけ ゆかりあえ むぎごはん ぶのすまし汁	<b>27</b> ブロッコリー ソテー かぼちゃひき肉 フライ ギョツパン ポーク ビーンズ	<b>28</b> 白身魚フリッター (小2・中3) ビーフ スープ ガバオライス	<b>29</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 650 中 838 塩分(g) 小 2.0 中 2.4	エネルギー(kcal) 小 601 中 753 塩分(g) 小 1.9 中 2.3	エネルギー(kcal) 小 651 中 834 塩分(g) 小 2.4 中 3.2	エネルギー(kcal) 小 631 中 825 塩分(g) 小 2.2 中 2.9	エネルギー(kcal) 小 591 中 764 塩分(g) 小 3.2 中 4.0
<b>1</b> さわらの 切干大根煮 こましょうゆ焼き むぎごはん 豚汁	<b>2</b> 豆腐の 肉みそかけ 小1・中2 ブロッコリーの おかかあえ むぎごはん 鶏団子汁	<b>3</b> キャベツ ソテー 鶏肉の ハーブキューブス 黒パン ABCスープ	<b>4</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 大根のみそ汁	<b>5</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 625 中 794 塩分(g) 小 2.2 中 2.7	エネルギー(kcal) 小 570 中 733 塩分(g) 小 2.0 中 2.6	エネルギー(kcal) 小 639 中 809 塩分(g) 小 2.6 中 3.4	エネルギー(kcal) 小 657 中 822 塩分(g) 小 1.8 中 2.1	エネルギー(kcal) 小 659 中 868 塩分(g) 小 1.8 中 2.2
<b>8</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	<b>9</b> ひじきの 炒め煮 鶏肉のみそ焼き むぎごはん たぬき汁	<b>10</b> コールスロー サラダ えびカツ ギョツパン ミネストローネ	<b>11</b> バニラアイス ミントマト (小2・中3) きなこタワー 夏野菜カレー まるごと飛驒の日①	<b>12</b> ねぎ焼きの ソースかけ うま煮 五目うどん
エネルギー(kcal) 小 552 中 715 塩分(g) 小 2.2 中 2.8	エネルギー(kcal) 小 603 中 780 塩分(g) 小 2.3 中 2.8	エネルギー(kcal) 小 584 中 741 塩分(g) 小 2.6 中 3.4	エネルギー(kcal) 小 797 中 994 塩分(g) 小 1.5 中 1.8	エネルギー(kcal) 小 545 中 696 塩分(g) 小 2.3 中 2.8
<b>15</b> 敬老の日 飛驒の味 きのこ	<b>16</b> ももゼリー キャベツサラダ 豚肉とトマトの チーズ焼き むぎごはん 飛驒野菜 みそ汁 まるごと飛驒の日②	<b>17</b> もやしソテー チキンカツ 食パン 野菜スープ	<b>18</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	<b>19</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 のつべい汁
エネルギー(kcal) 小 692 中 867 塩分(g) 小 1.9 中 2.3	エネルギー(kcal) 小 549 中 703 塩分(g) 小 2.6 中 3.5	エネルギー(kcal) 小 595 中 755 塩分(g) 小 1.9 中 2.3	エネルギー(kcal) 小 664 中 848 塩分(g) 小 1.6 中 2.0	
<b>22</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	<b>23</b> 秋分の日 季節の味 シャインマスカット	<b>24</b> アスパラソテー かぼちゃ ココット 米粉入りパン コンソメスープ	<b>25</b> 春巻き ワカメスープ ビビンバ	<b>26</b> シャインマスカット 切干大根の こまあえ 和風ハンバーグ むぎごはん ゆばの すまし汁 季節の味 シャインマスカット
エネルギー(kcal) 小 687 中 890 塩分(g) 小 2.7 中 3.3	エネルギー(kcal) 小 610 中 769 塩分(g) 小 2.8 中 3.7	エネルギー(kcal) 小 662 中 864 塩分(g) 小 2.9 中 3.6	エネルギー(kcal) 小 630 中 809 塩分(g) 小 2.3 中 2.8	
<b>29</b> つくねと 野菜の煮物 きなこ揚げパン 飛驒きのこ うどん 飛驒の味 きのこ	<b>30</b> こんにゃく きんぴら ひらまの 照り焼き むぎごはん 豆腐のみそ汁	※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 業者配送 塩分：小学校2.0g 中学校2.5g		
エネルギー(kcal) 小 704 中 847 塩分(g) 小 2.5 中 2.9	エネルギー(kcal) 小 599 中 757 塩分(g) 小 1.9 中 2.3			