



# 2025年9月 こんだてひょう

魚津市  
学校給食  
センター  
HP →



\*そば、生卵、ピーナッツ、くるみ、いくら、キウイフルーツは、魚津市の学校給食には使用しません。

予定献立名		使用する食品名					
		(赤)おもに体をつくる		(緑)おもに体の調子を整える		(黄)おもにエネルギーのもとになる	
1月	ふふふごはん 牛乳	ユーリンチー ナムル ワンタンスープ	牛乳 とりにく ベーコン	しょうが ねぎ にんにく にら	しょうが ねぎ にんにく にら	ごはん でんぷん あぶら	さとう ごまあぶら ごま ワンタン こめこ
2火	ふふふごはん 牛乳	ふくらぎのみそマヨネーズやき やさいとひじきのあえもの ぶたじる	牛乳 ふくらぎ みそ ひじき ぶたにく やきどうふ こんぶ	こまつな もやし キャベツ ごぼう	こまつな もやし キャベツ ごぼう	ごはん ノンエッグマヨネーズ あぶら さとう ごまあぶら	じゃがいも こんにやく
3水	ふふふごはん 牛乳	ブルコギ そうめんかぼちゃのサラダ えびととうがんのうまに	牛乳 ぶたにく えび もめんどうふ	しょうが はくさい そうめんかぼちゃ にんじん	しょうが はくさい そうめんかぼちゃ にんじん	ごはん ごまあぶら はるさめ さとう ごま あぶら でんぷん	
4木	コッペパン 牛乳	オムレツ ラタトゥイユ やさいスープ うおづのぶどう	牛乳 たまご ベーコン とりにく	たまねぎ かぼちゃ セロリー とうがん	たまねぎ かぼちゃ セロリー とうがん	パン ペンネ さとう じゃがいも オリーブあぶら でんぷん あぶら	
5金	ふふふごはん 牛乳	さかなのかばやき まめみそあえ たきあわせ	牛乳 ホキ だいず みそ ちくわ がんもどき	きゅうり にんじん えだまめ しょうが	きゅうり にんじん えだまめ しょうが	ごはん でんぷん あぶら さとう じゃがいも こんにやく	
8月	A校:こめコパン B校:コッペパン 牛乳	ハンバーグのケチャップソースがけ コーンあえ とうふのスープ	牛乳 ぶたにく とりにく もめんどうふ	たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん	パン こめこ さとう でんぷん ロード	
9火	ふふふごはん 牛乳	いかとだいずのあまみそがらめ なめこいりおひたし とうがんのそぼろあんかけ (清流小)うおづのなし	牛乳 いか だいず みそ とりにく	にんじん こまつな なめこ キャベツ	にんじん こまつな なめこ キャベツ	ごはん でんぷん あぶら さとう じゃがいも	
10水	ふふふごはん 牛乳	だいこんととりにくのさっぱりに かぼちゃサラダ キャベツのみそしる (西部中)うおづのなし	牛乳 とりにく こんぶ みそ きぬあつあげ	しょうが だいこん グリーンピース かぼちゃ	しょうが だいこん グリーンピース かぼちゃ	ごはん ごまあぶら さとう ノンエッグマヨネーズ あぶら じゃがいも	
11木	コッペパン 牛乳	ハヤシシチュー ベーコンまきたまご はなやさいサラダ (東部中・経田小)うおづのなし	牛乳 ぶたにく たまご ベーコン	たまねぎ エリンギ トマト きゅうり	たまねぎ エリンギ トマト きゅうり	パン じゃがいも あぶら ルウ さとう でんぷん	
12金	ふふふごはん 牛乳	にしんのでんがら だいずのいそに みそけんちんじる	牛乳 にしん ひじき だいず とりにく こんぶ みそ もめんどうふ	しょうが にんじん グリーンピース だいこん	しょうが にんじん グリーンピース だいこん	ごはん こむぎこ あぶら さとう じゃがいも こんにやく	
16火	ふふふごはん 牛乳	いわしのうめに おひたし しおにくじゃが (よつば小)うおづのなし	牛乳 いわし ぶたにく	うめ こまつな キャベツ なす	うめ こまつな キャベツ なす	ごはん さとう じゃがいも こんにやく あぶら でんぷん	
17水	ふふふごはん 牛乳	ドライカレー グリーンポテト サンラータン	牛乳 ぶたにく だいず あおのり ベーコン たまご	たまねぎ にんじん えだまめ しょうが	たまねぎ にんじん えだまめ しょうが	ごはん じゃがいも はるさめ でんぷん ごまあぶら あぶら ルウ	
18木	A校:コッペパン B校:こめコパン 牛乳	ぶりカツ やさいのオーロラソース ポトフ (星の杜小・道下小)うおづのなし	牛乳 ぶり ウィナー	ブロッコリー カリフラワー きゅうり とうもろこし	ブロッコリー カリフラワー きゅうり とうもろこし	パン こめこ パンこ でんぷん あぶら マカロニ さとう じゃがいも こむぎこ ノンエッグマヨネーズ	
19金	ふふふごはん 牛乳	マーボーなす かぼちゃのごまあえ とうがんのみそしる	牛乳 ぶたにく あかみそ うすあげ わかめ こんぶ みそ	なす にんにく しょうが たけのこ	なす にんにく しょうが たけのこ	ごはん あぶら さとう ごまあぶら でんぷん こんにやく ごま	
22月	ミニ コッペパン 牛乳	やきそば ししゃものあおさフライ うおづりんごのフルーツポンチ	牛乳 ぶたにく ししゃも あおのり かんてん とうにゅう	キャベツ たまねぎ もやし にんじん	キャベツ たまねぎ もやし にんじん	パン ちゅうかめん パンこ でんぷん あぶら さとう	
24水	ふふふごはん 牛乳	ポークチャップ あかじそあえ とうがんとたまごのスープ (中学校のみ)ヨーグルト	牛乳 ぶたにく ベーコン たまご ヨーグルト	たまねぎ しめじ ピーマン にんにく	たまねぎ しめじ ピーマン にんにく	ごはん あぶら さとう でんぷん	
25木	しよくパン 牛乳	しろみぎかなのレモンあじ カリカリピーンズサラダ やさいのトマトにこみ ブルーベリージャム	牛乳 ホキ だいず ぶたにく とりにく	レモン キャベツ にんじん セロリー	レモン キャベツ にんじん セロリー	パン でんぷん あぶら さとう じゃがいも みずあめ	
26金	むぎいり ごはん 牛乳	なつやさいカレー ウィナー こんにやくサラダ	牛乳 ぶたにく ウィナー わかめ	しょうが にんにく なす たまねぎ	しょうが にんにく なす たまねぎ	ごはん むぎ じゃがいも ルウ こんにやく さとう ごまあぶら あぶら	
30火	ふふふごはん 牛乳	メンチカツ たくあんあえ ごもくじる	牛乳 ぶたにく とりにく きぬあつあげ みそ こんぶ	たまねぎ キャベツ にんじん もやし	たまねぎ キャベツ にんじん もやし	ごはん パンこ あぶら さとう ごま じゃがいも こんにやく こむぎこ	

※都合により献立を変更することがあります。 ※ □ は、地場産物です。 ※ごはんは、魚津産の「富富富」を使用しています。

※ A校…西部中、星の杜小、よつば小、センター ※ B校…東部中、清流小、道下小、経田小