



令和8年



月 小・中学校給食予定献立表

上山市教育委員会
上山市学校給食センター

日付 曜日	○おもにエネルギーのもとになる:きいろの仲間 △おもに体をつくるもとになる:あかの仲間 □おもに体の調子を整えるもとになる:みどりの仲間 ●▲■:地産地消費材(上山市産、山形県産) 米:上山市トップブランド米 牛乳:毎回付きます			エネルギー 小学校 中学校
2月	ごはん	ささみチーズフライ (△ささみチーズフライ ○油)		585
		梅おかか和え (■キャベツ □ほうれん草 □もやし △削り節 しょうゆ □カリカリ梅)		732
		ちゃんぽん風スープ (△いか ▲豚肉 □干しいたけ □にんじん □玉ねぎ △花なると ○でんぶん □生姜 しょうゆ 白湯 塩 こしょう)		
3火	節分献立 ごはん	いわしの梅煮 (△いわしの梅煮) ↓○さとう ○ごま油)		572
		れんこんのそぼろ煮 (△鶏ひき肉 □れんこん □玉ねぎ □つきこんにやく □にんじん △いり玉子 □枝豆 □干しいたけ □生姜 しょうゆ 酒)		708
		キャベツのみそ汁 (■キャベツ △油揚げ ▲みそ だし)		
		福豆 (△大豆)		
4水	ごはん	肉団子 (△肉団子)		513
		野菜のナムル (△中華くらげ □ほうれん草 □もやし □にんじん しょうゆ ○ごま油 ○ごま)		643
		ガタタン (△たまご △花なると □えのきたけ △豆腐 □大根 □干しいたけ □ねぎ ○でんぶん しょうゆ 中華スープ 塩 こしょう)		
5木	ごはん	ちくわの磯辺揚げ (△ちくわの磯辺揚げ ○油) ↓○でんぶん)		602
		豚キムチ炒め (▲豚肉 酒 しょうゆ □白菜キムチ □玉ねぎ ■白菜 □にら □にんじん □にんにく □生姜 ○油 ▲みそ みりん ○ごま油)		823
		里芋のみそ汁 (●里芋 □ぶなしめじ △油揚げ ▲みそ だし)		
6金	ごはん	豆まめドライカレー (▲豚ひき肉 □玉ねぎ □にんじん ▲大豆 □枝豆 □にんにく トマトケチャップ 塩 ○油 カレー粉		576
		チンゲン菜のスープ (△ベーコン △豆腐 □チンゲン菜 □にんじん □えのきたけ しょうゆ ブイヨン 塩 こしょう) ↑		734
		くだもの (□はるか) カレールウ ○バター) スプーンがつきます		
9月	ごはん	えびシューマイ (△えびシューマイ)		578
		韓国風肉ごぼう (▲豚肉 □ごぼう □糸こんにやく □玉ねぎ □にんじん □にんにく しょうゆ 酒 みりん ○さとう ○ごま油 塩 トウバンジャン ○ごま)		785
		いもち汁 (○いもち △とり肉 □干しいたけ □にんじん □ねぎ しょうゆ だし)		
10火	ごはん	鶏肉のヤンニョムソース (△とり肉 ○でんぶん ○油 □生姜 □ねぎ ○さとう しょうゆ コチジャン トマトケチャップ ○ごま)		647
		わかめの和え物 (△わかめ □きゅうり □玉ねぎ △糸かまぼこ □とうもろこし しょうゆ ○さとう 酢 ○ごま)		807
		大根のみそ汁 (□大根 △油揚げ ▲みそ だし)		
11水	(祝)建国記念の日			
12木	ごはん (ふりかけ)	コーンコロッケ (△コーンコロッケ ○油)		588
		かんぴょうの炒め煮 (□かんぴょう ▲豚肉 □にんじん △さつま揚げ □干しいたけ □糸こんにやく ○油 酒 ○さとう しょうゆ)		738
		きのこ汁 (△豆腐 □ぶなしめじ □えのきたけ △油揚げ □にんじん しょうゆ だし)		
13金	ごはん	にしんの甘露煮 (△にしん甘露煮) トウバンジャン ○ごま油 中華スープ ○でんぶん)		624
		おひたし (■キャベツ □ほうれん草 □えのきたけ □にんじん △糸かまぼこ しょうゆ) ↓		763
		豆腐の中華風煮 (△豆腐 ▲豚ひき肉 □にんじん □ねぎ □もやし □干しいたけ □にんにく ▲みそ しょうゆ ○さとう 塩		
		デザート (○チョコシュー) スプーンがつきます		
16月	ごはん	信田煮 (△信田煮)		564
		昆布煮 (△昆布 □枝豆 □にんじん □干しいたけ □糸こんにやく △さつま揚げ しょうゆ 酒 ○さとう みりん ○油)		694
		豚汁 (▲豚肉 □にんじん □ぶなしめじ △豆腐 □ごぼう ▲みそ だし)		
17火	米粉食パン (いちごジャム)	えびカツ (△えびカツ ○油)		631
		ツナたまごサラダ (△ツナ △いり玉子 ■キャベツ □きゅうり △チーズ ○マヨネーズ ○ごま 塩 こしょう)		891
		玉ねぎのスープ (□玉ねぎ △ベーコン □とうもろこし □ぶなしめじ □にんじん コンソメ 塩 こしょう)		
18水	雪若丸・地産地消費 ごはん(雪若丸)	さんまの揚げ照り (△さんま ○でんぶん ○油 みりん 酒 ○さとう しょうゆ ○ごま)		615
		小笹うるいの粒マスタード和え (■うるい △とりささみ肉 ■キャベツ □にんじん □もやし ○さとう しょうゆ 酢 粒マスタード)		764
		ゆばのすまし汁 (△ゆば △ほたて △豆腐 △花なると しょうゆ 塩 だし)		
19木	よくかんで食べよう献立 ごはん	麻婆凍り豆腐 (△高野豆腐 □玉ねぎ □干しいたけ ▲豚ひき肉 □にんにく ▲みそ しょうゆ みりん トウバンジャン ○ごま油		543
		フルーツミックス (■黄桃 ■白桃 ■りんご ■ラ・フランス □みかん) ↑中華スープ ○でんぶん)		701
		えのきと小松菜のみそ汁 (□小松菜 △油揚げ □えのきたけ ▲みそ だし) スプーンがつきます		
20金	ごはん	県産豚肉カレー (▲豚肉 ○じゃがいも □玉ねぎ □にんじん □にんにく カレールウ ○油)		640
		トマトオムレツ (△トマトオムレツ)		804
		海そうサラダ (△海そうミックス △わかめ ■キャベツ □きゅうり □こんにやく 寒天 青じそドレッシング) スプーンがつきます		
23月	(祝)天皇誕生日			
24火	ごはん	ほっけ昆布醤油焼き (△ほっけ昆布醤油干し)		528
		茎わかめの煮物 (△茎わかめ □枝豆 □にんじん □干しいたけ □糸こんにやく △さつま揚げ しょうゆ 酒 ○さとう みりん ○油)		666
		はっと汁 (○すいとん △とり肉 □ごぼう ■白菜 □にんじん しょうゆ 塩 だし)		
25水	宮川中リクエスト献立 ごはん	チキンカツ (△チキンカツ ○油)		575
		パンサンスウ (□きゅうり □もやし ○春雨 □にんじん △中華くらげ 酢 ○さとう しょうゆ ○ごま油)		724
		キムチ汁 (□白菜キムチ □にんじん ■白菜 ▲豚肉 □ぶなしめじ ○ごま油 ▲みそ)		
26木	やまこめ もっちりパン	カレーロール (△カレーロール ○油)		704
		ブロッコリーサラダ (□ブロッコリー ■キャベツ △チーズ □にんじん 和風玉ねぎドレッシング)		961
		コーンスープ (△ベーコン □玉ねぎ □とうもろこし ○バター ▲牛乳 コンソメ ●米粉 ポターージュルウ こしょう) スプーンがつきます		
27金	ごはん	かに玉 (△かに玉 しょうゆ ○さとう 酢 □生姜 ○でんぶん)		544
		肉じゃが (○じゃがいも ▲豚肉 □玉ねぎ □にんじん □糸こんにやく しょうゆ みりん 酒 ○さとう)		685
		なめこのみそ汁 (□なめこ △豆腐 □ねぎ ▲みそ だし)		

※ 安全を第一に留意し、献立内容を一部変更する場合がありますのでご了承ください。転載を禁じます。