

| 日・曜 | 献立名 | おもなさいりょう | | | | | | その他調味料など | 備考 | 小学生 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 塩分(g) | 中学生 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 塩分(g) | |
|-----|---------------------------|------------------------|----------------------|----------------------|------------------------------|---------------------------|-------------------|----------|--------------------------|--|--|---------|
| | | おもに体をつくるものになる食品 | | おもに体の調子を整えるものになる食品 | | おもにエネルギーのもとになる食品 | | | | | | |
| | | 1群 たんぱく質 魚・肉・卵・豆 | 2群 無機質 乳・小魚・海草 | 3群 ビタミンA 緑黄色野菜 | 4群 ビタミンC その他の野菜・きのこ・果物 | 5群 炭水化物 米・パン・麺・芋・砂糖 | 6群 脂質 油脂・種実 | | | | | |
| 2月 | ごはん(お魚丼) | | | | | | ごめ | | ☆ご飯にお魚丼の具をのせて食べましょう | 626kcal | 781kcal | |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | 24.6g | 28.6g | |
| | お魚丼の具 | めばちまぐろ | | にんじん | 枝豆 | しらたき | 砂糖 | 油 | ごま | 塩 | しょうゆ | |
| | 厚焼き卵 | たまご | | | | 砂糖 | でん粉 | 油脂 | | みりん | 塩 | |
| 3月 | 丸パン(エビカツサンド) | | | | | | パン | | ☆パンにえびカツサンドの具をはさんで食べましょう | 607kcal | 744kcal | |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | 23.0g | 27.6g | |
| | えびカツサンドの具 | えび 魚鱈 大豆 おけぞうだら | | | たまねぎ | 砂糖 | でん粉 | 油脂 | 油 | 塩 | しょうゆ | |
| | 野菜サラダ | | | にんじん | ブロッコリー | キャベツ | | | | | 青じそドレッシング | |
| 4月 | わかめごはん | | わかめ | | | | ごめ | 砂糖 | | 塩 | | |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | 鶏のから揚げ | 鶏肉 | | | 生姜 | にんにく | 片栗粉 | | 油 | | しょうゆ | |
| | キムチあえ | | | | 生きゅうり | もやし | | | | 塩 | キムチの素 | |
| 5月 | 冷やし中華麺・スープ | | | | | | 小麦粉 | 加工デンプン | ごま油 | | かんすい | |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | 冷やし中華スープ | |
| | 冷やし中華の具 | | | にんじん | 生きゅうり | もやし | | | ごま | | 丸鶏ガラスープ | |
| | ポテトとお米のささみカツ | 鶏肉 大豆たん白 | | | | じゃが芋 | 米粉 | でん粉 | 砂糖 | 油 | 塩 | |
| 6月 | 【生ぶどう献立】ごはん(ガバオライス) | | | | | | ごめ | | | ☆ご飯にガバオライスの具をのせて食べましょう | 614kcal | 781kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | ガバオライスの具 | 鶏肉 | | ピーマン | パプリカ | たまねぎ | にんにく | 砂糖 | ごま油 | | おろしソース | |
| | フォースープ | 豚肉 | | にんじん | にら | もやし | えのき | だけ | レモン | ピーマン | 丸鶏ガラスープ | |
| 7月 | 【生ぶどう献立】ごはん(ガバオライス) | | | | | | ごめ | | | ☆ご飯にガバオライスの具をのせて食べましょう | 614kcal | 781kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | 麻婆豆腐 | 豚肉 | 豆腐 | にんじん | 生姜 | にんにく | たまねぎ | ねぎ | 砂糖 | 片栗粉 | 油 | |
| | 揚げぎょうざ | 鶏肉 | 豚肉 | 大豆 | 大豆たん白 | キャベツ | たまねぎ | 生姜 | 小麦粉 | でん粉 | 砂糖 | |
| 8月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 9月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 10月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 11月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 12月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 13月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 14月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 15月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 16月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 17月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 18月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 19月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 20月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 21月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 22月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 23月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 24月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 25月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 26月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 27月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 28月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 29月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 30月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |
| 31月 | 【とち介ランチ】(小)ミニコッペパン @コッペパン | | | | | | パン | | | ☆パンにジャムをつけて食べましょう | 631kcal | 820kcal |
| | 牛乳 | | 牛乳 | | | | | | | | | |
| | なすとトマトのスパゲティ | ベーコン | | トマト | にんにく | なす | でん粉 | 小麦粉 | 砂糖 | 油 | ケチャップ | |
| | 鶏肉のハーブ焼き | 鶏肉 | | パプリカ | | | パン粉 | | | | 白ワイン | |

Main table containing menu items, ingredients, and nutritional information. Columns include Day, Menu Name, Ingredients, and Energy/Protein/Fat/Fiber. Rows are categorized by month (18, 19, 20, 24, 25, 26, 27, 30).

◆材料の都合により、献立を変更することがあります。

◆太字の食材は栃木県産、下線太字は栃木市産です。

◆(小)は小学校のみです。◎は、中学校のみです。

◆こんにゃくは、エネルギーにはなりません、芋類なので5群に分類しています。

◆調味料等は、記載を省略することがあります。ご心配なことがありましたら、お問い合わせください。

◆パンの原材料は、小麦粉 イースト 塩 ショートニング 砂糖 脱脂粉乳です。変わりパンの場合は追加材料を記入します。

◆大平学校給食センターでは、ベーコン、フランクフルト及びなると、かまぼこ等の魚肉練り製品は、たまご・乳不使用のものを使用しています。㊦もたまご不使用です。

◆今日の調味料の原材料・使用材料名

- ウスターソース…醸造酢 ぶどう糖果糖液糖 砂糖 トマト にんじん たまねぎ ブルーン 塩 たん白加水分解物 酵母エキス 香辛料
タンメンスープ…塩 ラード たん白加水分解物 ぶどう糖果糖液糖 エキス(野菜 チキン) ごま油 にんにく こしょう 生姜 アミノ酸 小麦 乳 大豆 豚肉
カレー粉…小麦粉 パーム油 塩 砂糖 カレー粉 チキンエキス にんにく 香辛料 醤油 たん白加水分解物 カラメル色素 アミノ酸 酸味料 大豆 鶏肉
...

Summary table with columns for Energy (kcal), Protein (g), Fat (g), and Fiber (g) for different school types. Includes values for elementary and middle schools.