



2025年度

新宮市立城南中学校

日	ス フ ー ン	献立名	牛 乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	1献立 - たんぱく質
2 月		ビビンバ丼	○	豚肉	米,あぶら,さとう ごま油,かたくり粉	しょうが,にんにく,たけのこ,たまねぎ ほうれんそう,もやし,にんじん	793 kcal
		塩ちゃんこ汁		鶏肉	中華めん,ごま油	はくさい,にんじん,ねぎ しょうが,にんにく	27.3 g
3 火		～ひなまつり献立～ ご飯			米		886 kcal
		くじらの竜田揚げ		くじら肉	かたくり粉,あぶら	だいこん,にんにく,しょうが	33.8 g
		菜の花の和え物			さとう,ごま	菜の花,ほうれんそう,もやし	
		すまし汁		豆腐,わかめ	お麴	えのき,白ねぎ	
		ひなあられ			ひなあられ		
		ジョア		ジョア			
4 水		長崎ちゃんぽん	○	豚肉,なると	中華めん,あぶら さとう,かたくり粉	たけのこ,キャベツ,にんじん たまねぎ,もやし	888 kcal
		フライドポテト			ポテト,あぶら		24.8 g
5 木		ご飯	○		米		883 kcal
		鶏肉のパン粉焼き		鶏肉	さとう,パン粉		39.9 g
		ブロッコリーのおかか和え		かつお節		ブロッコリー	
		とふの粉の煮物		豚ひき肉,粉とうふ	あぶら,さとう	はくさい,にんじん,ねぎ	
		卒業お祝いデザート			デザート		
6 金		卒業式					

☆学校行事・材料購入の都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

☆マヨネーズ・ハム・ウィンナー・ベーコン・ちくわ・いとこまぼこ・なると・パン粉は すべて卵不使用品となっております。