令和7年度 由布市字校 *この献立表は由布市の基本献立です。 *都合により献立や食材を変更する場合があります。ご了承ください。

月	火	水	木	金
			2	3
	今月の由布市の食材	コッペパン	<u> </u>	ごはん
1 牛乳は、		ポトフ	インド煮	水餃子のスープ
┃┃ 毎日あります。	・お米	トマトオムレツ	チキンとレモンのサラダ	茎わかめの炒め煮
li,	・生しいたけ		, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	
	・にら	ぎゅうにゅう ベーコン ウインナー	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ	ぎゅうにゅう とりにく さつまあげ
主にからだをつくる	・ねぎ	オムレツ(たまご ぶたにく)	ささみフレーク	すいぎょうざ(ぶたにくとりにく)
主にエネルギーになる	・さつまいも 🌉	コッペパン じゃがいも	ごはん さらだあぶら	ごはん すいぎょうざ(こむぎこ)
	・小松菜	たまねぎ にんじん きゃべつ	じゃがいも さとう たまねぎ にんじん えだまめ	ごまあぶら さらだあぶら さとう
主にからだの調子を整える	ji	ブロッコリー オムレツ(たまねぎ にんじん トマト おろしにんにく)	レモンかじゅう きゅうり きゃべつ コーン	くきわかめ こんにゃく さやいんげん すいぎょうざ(キャベツ ねぎ しょうがペースト)
6	7	8	9	10
ごはん	ごはん	ミルクパン	ごはん	ごはん
肉じゃが	厚揚げのみそ汁	カレースープ	白ねぎとつくねのスープ	キムチ汁
野菜のたまご焼き	さばのごまだれ焼き	グリルチキンの照り焼きソース	牛肉コロッケ	ビビンバ
ぎゅうにゅう ぶたにく たまごやき(たまご ぶたにく)	ぎゅうにゅう あつあげ みそ さば	ぎゅうにゅう ウインナー グリルチキン(とりにく)	ぎゅうにゅう つくね(とりにく) コロッケ(ぎゅうにく)	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ
ごはん さらだあぶら じゃがいも さとう	ごはん じゃがいも さとう ごま	ミルクパン じゃがいも さとう でんぷん	ごはん なたねあぶら つくね(パンこ) コロッケ(じゃがいも パンこ こむぎこ)	ごはん じゃがいも さとう ごま
たまねぎ にんじん さやいんげん		たまねぎ にんじん セロリ きゃべつ	にんじん たまねぎ しいたけ きゃべつ	もやし にんじん しめじ ねぎ にんにく
こんにゃく たまごやき(にんじん ほうれん そう たまねぎ)	にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ	プロッコリー	ねぎ つくね(たまねぎ にら おろしにんに く) コロッケ(たまねぎ)	ELLUNCH CHOC ICS FAF
13	14	15	16	17
	ごはん	コッペパン	ごはん	ごはん
	タイピーエン	ミートスパゲティ	けんちん汁	厚揚げのみそ炒め
スポーツの日	メンチカツ	コーンサラダ	いわしの生姜煮	春雨サラダ
	ぎゅうにゅう ぶたにく メンチカツ(とりにく ぶたにく)	ぎゅうにゅう ぶたにく だいずミート	ぎゅうにゅう とりにく とうふ あぶらあげ しょうがに(いわし)	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ ちくわ みそ ロースハム
	ごはん はるさめ	コッペパン スパゲティ さらだあぶら	ごはん しょうがに(でんぷん さとう)	ごはん さらだあぶら さとう はるさめ
	メンチカツ(こめこ なたねあぶら) 	さとう にんにく たまねぎ にんじん トマト		ごま ごまあぶら
	きくらげ きゃべつ にら	きゅうり きゃべつ コーン	ごぼう こんにゃく しいたけ にんじん ねぎ しょうがに(しょうが)	しょうが こんにゃく にんじん たまねぎ さやいんげん きゅうり もやし
i e	メンチカツ(たまねぎ しょうがペースト)	マッシュルーム	146 0470 14(0470)	
20			· · ·	24 ゆふっこ給食
	メンチカツ(たまねぎ しょうがペースト) 21 ごはん	マッシュルーム 22 野菜たっぷり給食の日 コッペパン	· · ·	24 ゆふっこ給食 ごはん
	21	22 野菜たっぷり給食の日	23 うま塩給食の日 ごはん	
ごはん	<u>21</u> ごはん	22 野菜たっぷり給食の日 コッペパン	23 うま塩給食の日	ごはん
<u>ニニー</u> ごはん 豚汁	21 ごはん 中華スープ	22 野菜たっぷり給食の日 コッペパン かぼちゃシチュー	23 うま塩給食の日 ごはん 中華風コーンスープ	<u> </u> ごはん 小松菜とさつまいものみそ汁
ごはん 豚汁 あじの大根おろしソース ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ	21 ごはん 中華スープ ホイコーロー	22 野菜たっぷり給食の日 コッペパン かぼちゃシチュー	23 うま塩給食の日 ごはん 中華風コーンスープ	<u> </u> ごはん 小松菜とさつまいものみそ汁
ごはん 豚汁 あじの大根おろしソース ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ みそ あじ	ごはん 中華スープ ホイコーロー ぎゅうにゅう とりにく とうふ ぶたにく	22 野菜たっぷり給食の日 コッペパン かぼちゃシチュー 彩り野菜のサラダ	23 うま塩給食の日 ごはん 中華風コーンスープ 別府の地獄揚げ	ごはん 小松菜とさつまいものみそ汁 きのこの照り焼きハンバーグ ぎゅうにゅう とうふ みそ ハンバーグ(とりにく ぶたにく)
ごはん 豚汁 あじの大根おろしソース ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ みそ あじ	ごはん 中華スープ ホイコーロー ぎゅうにゅう とりにく とうふ ぶたにく	22 野菜たっぷり給食の日 コッペパン かぼちゃシチュー 彩り野菜のサラダ	23 うま塩給食の日ごはん中華風コーンスープ別府の地獄揚げ	ごはん 小松菜とさつまいものみそ汁 きのこの照り焼きハンバーグ ぎゅうにゅう とうふ みそ ハンバーグ(とりにく ぶたにく)
ごはん 豚汁 あじの大根おろしソース ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ みそ あじ	ではん 中華スープ ホイコーロー ぎゅうにゅう とりにく とうふ ぶたにく ごはん さらだあぶら さとう	22 野菜たっぷり給食の日 コッペパン かぼちゃシチュー 彩り野菜のサラダ ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう コッペパン さらだあぶら マカロニ こむぎこ ドレッシング	23 うま塩給食の日 ごはん 中華風コーンスープ 別府の地獄揚げ ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ごはん でんぷん さとう ごまあぶら ごま なたねあぶら	ごはん 小松菜とさつまいものみそ汁 きのこの照り焼きハンバーグ ぎゅうにゅう とうふ みそ ハンバーグ(とりにく ぶたにく) ごはん さつまいも さとう でんぷん
ごはん 豚汁 あじの大根おろしソース ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ みそ あじ ごはん さつまいも さとう	ではん 中華スープ ホイコーロー ぎゅうにゅう とりにく とうふ ぶたにく ごはん さらだあぶら さとう	22 野菜たっぷり給食の日 コッペパン かぼちゃシチュー 彩り野菜のサラダ ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう コッペパン さらだあぶら マカロニ こむぎこ ドレッシング たまれぎ しめじ にんじん かぼちゃ えだまめ コーン カリフラワー	23 うま塩給食の日ではん 中華風コーンスープ 別府の地獄揚げ ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ごはん でんぷん さとう ごまあぶらごま なたねあぶら でまなぎ にんじん もやし コーン	ごはん 小松菜とさつまいものみそ汁 きのこの照り焼きハンバーグ ぎゅうにゅう とうふ みそ ハンバーグ(とりにく ぶたにく) ごはん さつまいも さとう でんぷん にんじん たまねぎ しいたけ こまつな ねぎ ハンバーグ(たまねぎ トマトペースト にんにく
ごはん 豚汁 あじの大根おろしソース ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ みそ あじ ごはん さつまいも さとう	ではん 中華スープ ホイコーロー ぎゅうにゅう とりにく とうふ ぶたにく ごはん さらだあぶら さとう たまねぎ にんじん しめじ もやし ねぎ きゃべつ にんにく	22 野菜たっぷり給食の日 コッペパン かぼちやシチュー 彩り野菜のサラダ ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう コッペパン さらだあぶら マカロニ こむぎこ ドレッシング たまねぎ しめじ にんじん かぼちゃ えだまめ コーン カリフラワー ブロッコリー パプリカ	23 うま塩給食の日 ではん 中華風コーンスープ 別府の地獄揚げ ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ごはん でんぷん さとう ごまあぶら ごま なたねあぶら でま なたねあぶら たまねぎ にんじん もやし コーン ちんげんさい しょうが にんにく	ごはん 小松菜とさつまいものみそ汁 きのこの照り焼きハンバーグ ぎゅうにゅう とうふ みそ ハンバーグ(とりにく ぶたにく) ごはん さつまいも さとう でんぷん にんした たまねぎ しいたけ こまつな ねぎ ハンバーグ(たまねぎ トマトペースト にんにく ベースト しょうがベースト) マッシュルーム
ごはん 豚汁 あじの大根おろしソース ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ みそ あじ ごはん さつまいも さとう こんにゃく ごぼう にんじん だいこん しいたけ ねぎ	ではん 中華スープ ホイコーロー ぎゅうにゅう とりにく とうふ ぶたにく ではん さらだあぶら さとう たまねぎ にんじん しめじ もやし ねぎ きゃべつ にんにく	22 野菜たっぷり給食の日 コッペパン かぼちやシチュー 彩り野菜のサラダ ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう コッペパン さらだあぶら マカロニ こむぎこ ドレッシング たまれぎ しめじ にんじん かぼちゃ えだまめ コーン カリフラワー ブロッコリー パプリカ	23 うま塩給食の日ではん 中華風コーンスープ 別府の地獄揚げ ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ごはん でんぷん さとう ごまあぶらごま なたねあぶら たまねぎ にんじん もやし コーン ちんげんさい しょうが にんにく 30	ごはん 小松菜とさつまいものみそ汁 きのこの照り焼きハンバーグ ぎゅうにゅう とうふ みそ ハンバーグ(とりにく ぶたにく) ごはん さつまいも さとう でんぷん にんじん たまねぎ しいたけ こまつな ねぎ ハンバーグ(たまねぎ トマトペースト にんにく ベースト しょうがペースト) マッシュルーム
ごはん 豚汁 あじの大根おろしソース ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ みそ あじ ごはん さつまいも さとう こんにゃく ごぼう にんじん だいこん しいたけ ねぎ	ではん 中華スープ ホイコーロー ぎゅうにゅう とりにく とうふ ぶたにく ではん さらだあぶら さとう たまねぎ にんじん しめじ もやし ねぎ きゃべつ にんにく	22 野菜たっぷり給食の日 コッペパン かぼちゃシチュー 彩り野菜のサラダ ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう コッペパン さらだあぶら マカロニこむぎこ ドレッシング たまねぎ しめじ にんじん かぼちゃえだまめ コーン カリフラワー ブロッコリー パブリカ 29 黒糖パン	23 うま塩給食の日ではん中華風コーンスープ別府の地獄揚げ がゆうにゅう ベーコン とりにく ではん でんぷん さとう ごまあぶらごま なたねあぶら たまねぎ にんじん もやし コーンちんげんさい しょうが にんにく	ごはん 小松菜とさつまいものみそ汁 きのこの照り焼きハンバーグ ぎゅうにゅうとうふみそ ハンバーグ(とりにくぶたにく) ごはんさつまいもさとうでんぶん にんじんたまねぎしいたけこまつなねぎ ハンバーグ(たまねぎトマトペーストにんにくペーストしょうがペースト)マッシュルーム 31
ごはん 豚汁 あじの大根おろしソース ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ みそ あじ ごはん さつまいも さとう こんにゃく ごぼう にんじん だいこん しいたけ ねぎ ②7 ごはん ちゃんぽん 焼きぎょうざ ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ	ではん 中華スープ ホイコーロー ぎゅうにゅう とりにく とうふ ぶたにく ではん さらだあぶら さとう たまねぎ にんじん しめじ もやし ねぎ きゃべつ にんにく 28 ごはん ポークカレー フルーツポンチ	22 野菜たっぷり給食の日 コッペパン かぼちゃシチュー 彩り野菜のサラダ ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう コッペパン さらだあぶら マカロニ こむぎこ ドレッシング たまねぎ しめじ にんじん かぼちゃえだまめ コーン カリフラワーブロッコリー パブリカ 29 黒糖パン ミネストローネ ツナとごぼうのサラダ	23 うま塩給食の日ではん 中華風コーンスープ 別府の地獄揚げ ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ごはん でんぷん さとう ごまあぶらごま なたねあぶら たまねぎ にんじん もやし コーン ちんげんさい しょうが にんにく 30 ではん マーボー春雨野菜のナムル ぎゅうにゅう ぶたにく みそ	ごはん 小松菜とさつまいものみそ汁 きのこの照り焼きハンバーグ ぎゅうにゅう とうふ みそ ハンバーグ(とりにく ぶたにく) ごはん さつまいも さとう でんぶん にんじん たまねぎ しいたけ こまつな ねぎ ハンバーグ(たまねぎ トマトペースト にんにく ベースト しょうがベースト) マッシュルーム 31 ごはん うま煮 ハムと大根のサラダ ぎゅうにゅう とりにく あつあげ
ごはん 豚汁 あじの大根おろしソース ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ みそ あじ ごはん さつまいも さとう こんにゃく ごぼう にんじん だいこん しいたけ ねぎ 27 ごはん ちゃんぽん 焼きぎょうざ	ではん 中華スープ ホイコーロー ぎゅうにゅう とりにく とうふ ぶたにく ではん さらだあぶら さとう たまねぎ にんじん しめじ もやし ねぎ きゃべつ にんにく 28 ではん ポークカレー フルーツポンチ ぎゅうにゅう ぶたにく	22 野菜たっぷり給食の日 コッペパン かぼちゃシチュー 彩り野菜のサラダ ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう コッペパン さらだあぶら マカロニ こむぎこ ドレッシング たまねぎ しめじ にんじん かぼちゃ えだまめ コーン カリフラワー ブロッコリー パブリカ 29 黒糖パン ミネストローネ ツナとごぼうのサラダ ぎゅうにゅう ウインナー ツナ ベーコン	23 うま塩給食の日ではん ではん 中華風コーンスープ 別府の地獄揚げ ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ではん でんぷん さとう ごまあぶらごま なたねあぶらごま なたねあぶら でまなぎ にんじん もやし コーンちんげんさい しょうが にんにく 30 ではん マーボー春雨 野菜のナムル	ごはん 小松菜とさつまいものみそ汁 きのこの照り焼きハンバーグ ぎゅうにゅう とうふ みそ ハンバーグ(とりにく ぶたにく) ごはん さつまいも さとう でんぷん にんじん たまねぎ しいたけ こまつな ねぎ ハンバーグ(たまねぎ トマトペースト にんにく ペースト しょうがペースト) マッシュルーム 31 ごはん うま煮 ハムと大根のサラダ ぎゅうにゅう とりにく あつあげ ロースハム
ごはん 豚汁 あじの大根おろしソース ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ みそ あじ ごはん さつまいも さとう こんにゃく ごぼう にんじん だいこん しいたけ ねぎ ごはん ちゃんぽん 焼きぎょうざ ぎゅうにゅう ぶたにく かまばこぎょうざ(ぶたにくとりにく)	ではん 中華スープ ホイコーロー ぎゅうにゅう とりにく とうふ ぶたにく ではん さらだあぶら さとう たまねぎ にんじん しめじ もやし ねぎ きゃべつ にんにく 28 ごはん ポークカレー フルーツポンチ	22 野菜たっぷり給食の日 コッペパン かぼちゃシチュー 彩り野菜のサラダ ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう コッペパン さらだあぶら マカロニこむぎこ ドレッシング たまねぎ しめじ にんじん かぼちゃえだまめ コーン カリフラワープロッコリー パプリカ 黒糖パンミネストローネッナとごぼうのサラダ ぎゅうにゅう ウインナー ツナ ベーコン	23 うま塩給食の日ではん 中華風コーンスープ 別府の地獄揚げ ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ごはん でんぷん さとう ごまあぶらごま なたねあぶら たまねぎ にんじん もやし コーン ちんげんさい しょうが にんにく 30 ではん マーボー春雨野菜のナムル ぎゅうにゅう ぶたにく みそ	ごはん 小松菜とさつまいものみそ汁 きのこの照り焼きハンバーグ ぎゅうにゅう とうふ みそ ハンバーグ(とりにく ぶたにく) ごはん さつまいも さとう でんぷん にんじん たまねぎ しいたけ こまつな ねぎ ハンバーグ(たまねぎ トマトペースト にんにく ベースト しょうがベースト) マッシュルーム 31 ごはん うま煮 ハムと大根のサラダ ぎゅうにゅう とりにく あつあげ ロースハム
ごはん 豚汁 あじの大根おろしソース ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ みそ あじ ごはん さつまいも さとう こんにゃく ごぼう にんじん だいこん しいたけ ねぎ 27 ごはん ちゃんぽん 焼きぎょうざ ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ ぎょうざ(ぶたにく とりにく) ごはん さらだあぶら ちゃんぽんめん	ではん 中華スープ ホイコーロー ぎゅうにゅう とりにく とうふ ぶたにく ごはん さらだあぶら さとう たまねぎ にんじん しめじ もやし ねぎ きゃべつ にんにく 28 ごはん ポークカレー フルーツポンチ ぎゅうにゅう ぶたにく	22 野菜たっぷり給食の日 コッペパン かぼちゃシチュー 彩り野菜のサラダ ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう コッペパン さらだあぶら マカロニ こむぎこ ドレッシング たまねぎ しめじ にんじん かぼちゃえだまめ コーン カリフラワープロッコリー パプリカ 29 黒糖パンミネストローネッナとごぼうのサラダ ぎゅうにゅう ウインナー ツナ ベーコン こくとうパン じゃがいも さとう	23 うま塩給食の日ではん 中華風コーンスープ 別府の地獄揚げ ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ごはん でんぷん さとう ごまあぶらごま なたねあぶら たまねぎ にんじん もやし コーン ちんげんさい しょうが にんにく 30 ではん マーボー春雨 野菜のナムル ぎゅうにゅう ぶたにく みそだいずミト ささみフレーク ごはん はるさめ ごま ドレッシング	ごはん 小松菜とさつまいものみそ汁 きのこの照り焼きハンバーグ ぎゅうにゅう とうふ みそ ハンバーグ(とりにく ぶたにく) ごはん さつまいも さとう でんぷん にんじん たまねぎ しいたけ こまつな ねぎ ハンバーグ(たまねぎ トリンドースト にんにく ベースト しょうがベースト) マッシュルーム 31 ごはん うま煮 ハムと大根のサラダ ぎゅうにゅう とりにく あつあげ ロースハム ごはん じゃがいも さとう
ごはん 豚汁 あじの大根おろしソース ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ みそ あじ ごはん さつまいも さとう こんにゃく ごぼう にんじん だいこん しいたけ ねぎ 27 ごはん ちゃんぽん 焼きぎょうざ ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ ぎょうざ(ぶたにく とりにく) ごはん さらだあぶら ちゃんぽんめん ごまあぶら ぎょうざ(こむぎこ さとう)	ではん 中華スープ ホイコーロー ぎゅうにゅう とりにく とうふ ぶたにく ごはん さらだあぶら さとう たまねぎ にんじん しめじ もやし ねぎ きゃべつ にんにく 28 ごはん ポークカレー フルーツポンチ ぎゅうにゅう ぶたにく ごはん じゃがいも ゼリー(さとう) にんにく たまねぎ にんじん えだまめ	22 野菜たっぷり給食の日 コッペパン かぼちゃシチュー 彩り野菜のサラダ ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう コッペパン さらだあぶら マカロニ こむぎこ ドレッシング たまねぎ しめじ にんじん かぼちゃえだまめ コーン カリフラワーブロッコリー パプリカ 29 黒糖パンミネストローネッナとごぼうのサラダ ざゅうにゅう ウインナー ツナ ベーコン こくとうパン じゃがいも さとう マカロニ ノンエッグマヨネーズ にんにく たまねぎ セロリ にんじん	23 うま塩給食の日ではん 中華風コーンスープ別府の地獄揚げ ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ごはん でんぷん さとう ごまあぶらごま なたねあぶら たまねぎ にんじん もやし コーンちんげんさい しょうが にんにく 30 ではんマーボー春雨野菜のナムル	ごはん 小松菜とさつまいものみそ汁 きのこの照り焼きハンバーグ ぎゅうにゅう とうふ みそ ハンバーグ(とりにく ぶたにく) ごはん さつまいも さとう でんぷん にんじん たまねぎ しいたけ こまつな ねぎ ハンバーグ(たまねぎ トマパースト にんにく ベースト しょうがペースト) マッシュルーム 31 ごはん うま煮 ハムと大根のサラダ ぎゅうにゅう とりにく あつあげ ロースハム ごはん じゃがいも さとう ノンエッグマヨネーズ