

令和8年10月分学校給食基準献立予定表(詳細版)

Aコース

※ 分量(g)は1人分です。材料等の都合により、献立を変更する場合があります。
※ 給食実施日は学校ごとに異なります。学校からの通知等で確認してください。

献立名	1 (木)		2 (金)		5 (月)		6 (火)		7 (水)		8 (木)		9 (金)		13 (火)		14 (水)		15 (木)		16 (金)		19 (月)			
	麦ごはん		ジャージャー丼(麦ごはん)		サンマー丼(麦ごはん)		麦ごはん		ごはん		こぎつねごはん		麦ごはん		ごはん		ふきよせごはん		黒パン		麦ごはん		とり肉のねぎ塩丼(麦ごはん)			
	牛乳		牛乳		ブルーン発酵乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳			
	いいらフライのピリカサソース		ジャージャー丼(具)		サンマー丼(具)		とり肉のマヨネーズ焼き		肉団子		あじのたつた揚げ		ホイコーロー		肉じゃが		ほっけフライ		ハンバーグ		メンチカツ		とり肉のねぎ塩丼(具)			
	塩だれキャベツ		大根入り中華スープ		チゲスープ		ごまドレッシングサラダ		いそナムル		みそドレッシングサラダ		中華スープ		ごま酢あえ		切り干し大根のサラダ		キャベツのガーリックソテー		ポテトサラダ		たんたん春雨スープ			
	いろどりスープ		ヨーグルト				みそ汁		トックスープ		沢煮わん		ブルーベリータルト		吉野汁		みそ汁		ABCスープ		トマトونسープ					
																	いよかんゼリー									
材料名	米	90	米	95	米	95	米	90	米	99	米	79	米	95	米	99	米	79	黒パン	70	米	90	米	95		
	麦	9	麦	9	麦	9	麦	9	強化米(Ca)	0.65	麦	7	麦	9	強化米(Ca)	0.65	麦	7			麦	9	麦	9		
	強化米(Ca)	0.65	強化米(Ca)	0.65	強化米(Ca)	0.65	強化米(Ca)	0.65	強化米(鉄)	0.25	強化米(Ca)	0.65	強化米(Ca)	0.65	強化米(鉄)	0.25	強化米(Ca)	0.65	牛乳	206	強化米(Ca)	0.65	強化米(Ca)	0.65		
	強化米(鉄)	0.25	強化米(鉄)	0.25	強化米(鉄)	0.25	強化米(鉄)	0.25	水		強化米(鉄)	0.25	強化米(鉄)	0.25	水		強化米(鉄)	0.25			強化米(鉄)	0.25	強化米(鉄)	0.25		
	水		水		水		水				しょうゆ	4	水				しょうゆ	3.1	ハンバーグ	80	水		水			
									牛乳	206	塩	0.15					塩	0.25	トマトケチャップ	8.8						
	牛乳	206	牛乳	206	ブルーン発酵乳	213	牛乳	206			水		牛乳	206			水		中濃ソース	4.4	牛乳	206	牛乳	206		
							肉団子	85			油揚げ	15					豚肉	55	さつま芋	20	水	13				
	いいらフライ	60	豚ひき肉	89	豚肉	75	鶏肉	90	米油	1.6	人参	12	豚肉	80	人参	20	人参	10	米粉	0.35	メンチカツ	60	鶏肉	95		
	米油	8.4	とりレバー	1	人参	10	卵めきマヨネーズ	6.5	しょうゆ	3.4	しょうゆ	2.3	キャベツ	65	玉ねぎ	30	水				米油	8.4	玉ねぎ	25		
	長ねぎ	2	人参	15	玉ねぎ	25	塩	0.35	砂糖	1.7	砂糖	1.5	長ねぎ	5	じゃがいも	90	枝豆	5			中濃ソース	5	もやし	35		
	しょうが	0.2	長ねぎ	5	白菜	30	こしょう	0.05	みりん	1.7	塩	0.05	にんにく	0.7	米油	0.8	しょうゆ	1.4	ウインナー	13			長ねぎ	8		
	にんにく	0.04	もやし	45	もやし	40	ワイン	1.5	水	15	酒	2	しょうが	0.7	しょうゆ	7.3	塩	0.12	キャベツ	42	じゃがいも	66	にんにく	0.5		
	ごま油	0.3	しょうが	1	小松菜	11	乾燥バセリ	0.04	片栗粉	0.8	水	3	ごま油	1.6	砂糖	4.5	砂糖	0.6	ほうれん草	14	人参	14	ごま油	1		
	しょうゆ	4.2	干しいたけ	0.5	きくらげ	0.5			水		ごま	2.2	豆板醤	0.4	みりん	1	水	3	にんにく	0.5	コーン	3	塩	1		
	砂糖	2.8	ごま油	0.8	米油	0.8	もやし	35					酒	2	水	2			米油	0.3	卵めきマヨネーズ	5	こしょう	0.06		
	酢	2	ボークスー	3	ボークスー	4.5	キャベツ	25	もやし	37	牛乳	206	ボークスー	4			牛乳	206	ボークスー	1	酢	1.2	酒	2		
	一味唐辛子	0.01	みそ	6	塩	0.4	しょうゆ	2.7	ほうれん草	23			砂糖	0.7	もやし	35			塩	0.3	塩	0.3	片栗粉	3		
	水	8	甜面醬	6	しょうゆ	7.4	酢	1.3	ごま油	0.6	あじ	70	しょうゆ	3.9	小松菜	25	ほっけフライ	50	こしょう	0.02	こしょう	0.03	水			
	片栗粉	0.3	砂糖	1	砂糖	1.2	砂糖	1.3	塩	0.4	しょうゆ	3.4	こしょう	0.01	しょうゆ	2.5	米油	7	片栗粉	0.15						
	水		酒	2	こしょう	0.03	サラダ油	1.3	のり	0.5	しょうが	1	甜面醬	7.8	砂糖	1.4	中濃ソース	5			肉団子	40	緑豆春雨	5		
			みりん	1	甜面醬	1.5	ごま	1.1	ごま	1.1	酒	1.6	片栗粉	3	酢	1.8					玉ねぎ	22	豚ひき肉	30		
	キャベツ	40	豆板醤	0.3	ごま油	0.4	ごま	1.1	豚肉	21	片栗粉	15	水		ごま	1.5	切り干し大根	1.7	マカロニ	7	キャベツ	35	酒	1		
	小松菜	20	水	10	片栗粉	3	ごま油	0.4	人参	20	米油	4.8			ごま	1.5	もやし	30	鶏肉	11	米油	0.5	人参	20		
	にんにく	0.6	片栗粉	1.5	水				キャベツ	15			鶏肉	11			小松菜	20	人参	20	トマト缶	8	小松菜	14		
	ごま油	1.2					大根	17	しょうが	0.1	もやし	35	人参	20	鶏肉	11	酢	1.4	玉ねぎ	15	トマトピューレ	11	にんにく	0.4		
	塩	0.38	鶏肉	11	鶏肉	19	人参	13	にんにく	0.1	小松菜	20	じゃがいも	30	大根	15	しょうゆ	2.8	じゃがいも	35	トマトケチャップ	10	しょうが	0.4		
	こしょう	0.01	大根	25	人参	20	じゃがいも	35	トック	28	砂糖	2	ほうれん草	15	人参	10	砂糖	0.8	塩	0.9	ボークスー	7.5	米油	0.7		
	ごま	0.8	小松菜	20	大根	30	油揚げ	8	ボークスー	7	みそ	3	みそ	3	チキンスー	7	油揚げ	7	サラダ油	0.9	こしょう	0.03	塩	0.8	ボークスー	7
	ごま	0.8	チキンスー	7	豆腐	30	豆腐	25	塩	0.65	サラダ油	1.2	塩	0.7	かつお節	3.5	ごま油	0.9	乾燥バセリ	0.03	こしょう	0.01	みそ	5.5		
		塩	0.75	ごま油	0.4	かつお節	3.5	こしょう	0.01	酢	2	しょうゆ	1.5	しょうゆ	3.3	ごま	0.8	チキンスー	7	乾燥バジル	0.03	みそ	2			
豚肉	21	ごま油	0.3	チキンスー	7	みそ	9	しょうゆ	2.2	ごま油	0.4	ごま油	0.4	水		酒	1	ごま	0.8	水	140	ごま	3			
人参	20	こしょう	0.03	みそ	4.5	水	140	水	140			水	140	塩	0.5	一味唐辛子	0.01					しょうゆ	1			
玉ねぎ	10	しょうゆ	1.8	みそ	4.5							豚肉	16	水	140							みりん	1			
じゃがいも	40	水	140	コチジャン	0.8							人参	20	ブルーベリータルト	22	片栗粉	2.3	人参	15				豆板醤	0.3		
コーン	5			一味唐辛子	0.01							大根	15			水		キャベツ	15				水	140		
わかめ	0.3	ヨーグルト	70	水	140							白菜	30					豆腐	20				ごま油	0.5		
ボークスー	7											干しいたけ	0.4					油揚げ	8							
塩	0.7											かつお節	3.5					かつお節	3.5							
こしょう	0.03											塩	0.55					みそ	9							
しょうゆ	0.8											しょうゆ	2.7					水	140							
水	140											みりん	1													
片栗粉	1.5											水	140					いよかんゼリー	40							
水																										

令和8年10月分学校給食基準献立予定表(詳細版)

Aコース

※ 分量(g)は1人分です。材料等の都合により、献立を変更する場合があります。
※ 給食実施日は学校ごとに異なります。学校からの通知等で確認してください。

[illegible]