令和7年10月分学校給食基準献立予定表（詳細版）　　B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。

	1（水）	2（木）	3（金）	6（月）	7（火）	8（水）	9（木）	10（金）	14（火）	15（水）	16（木）	17（金）
献立名	ごはん	麦ごはん	麦ごはん	豚丼（麦ごはん）	そぼろごはん（麦ごはん）	ごはん	チーズパン	麦ごはん	ごはん	チキンカレー（麦ごはん）	わかめごはん	麦ごはん
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	とり肉と生揚げのしょうが炒め	メンチカツ	ヤンニョムチキン	豚丼（具）	そぼろごはん（具）	さわらのおろしソース	チキンソテー	とり肉のねぎ塩炒め	ほっけフライ	チキンカレー（カレー）	とり肉のから揚げ	ホイコーロー
	ごま入りおひたし	ポテトサラダ	塩ナムル	月見汁	ゆずポン酢サラダ	じゃがバター	ほうれん草のサラダ	おひたし	野菜炒め	わかめサラダ	みそドレッシングサラダ	もやしのサラダ
	五目汁	みそ汁	いろどりスープ			みそ汁	ABCスープ	たんたん春雨スープ	トックスープ	日向夏ゼリー	肉団子のスープ	中華スープ
								ブルーベリータルト				
材料名	米 99	米 90	米 90	米 95	米 95	米 99	チーズパン 70	米 90	米 99	米 95	米 90	米 90
	強化米（Ca） 0.65	麦 9	麦 9	麦 9	麦 9	強化米（Ca） 0.65		麦 9	強化米（Ca） 0.65	麦 9	麦 9	麦 9
	強化米（鉄） 0.25	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	牛乳 206	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（Ca） 0.65
	水	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	水	強化米（鉄） 0.25	強化米（鉄） 0.25	強化米（鉄） 0.25
		水	水	水	水		鶏肉 90	水		水	水	水
	牛乳 206					牛乳 206	にんにく 0.1		牛乳 206		わかめごはんの素 2	
		牛乳 206	牛乳 206	牛乳 206	牛乳 206		塩 0.65	牛乳 206		牛乳 206		牛乳 206
	鶏肉 75					さわら 80	こしょう 0.05		ほっけフライ 50		牛乳 206	
	生揚げ 25	メンチカツ 60	鶏肉 85	豚肉 90	豚ひき肉 90	片栗粉 4	ナツメグ 0.05	鶏肉 90	米油 7	鶏肉 60		豚肉 80
	玉ねぎ 40	米油 8.4	ワイン 2	玉ねぎ 40	大豆ミート 8	米油 5	ワイン 1.3	玉ねぎ 23	中濃ソース 5	人参 25	鶏肉 85	キャベツ 60
	米油 0.8	中濃ソース 5	片栗粉 13	しらたき 20	人参 20	大根 13		長ねぎ 12		じゃがいも 50	塩 0.6	長ねぎ 10
	しょうが 2.5		米油 3.4	米油 1	玉ねぎ 20	しょうゆ 4.5	ほうれん草 25	にんにく 0.5	豚肉 15	玉ねぎ 40	こしょう 0.05	にんにく 0.7
	しょうゆ 7	じゃがいも 63	長ねぎ 2	凍り豆腐 4	切り干し大根 2.5	砂糖 1.5	キャベツ 22	ごま油 1	人参 12	にんにく 0.13	ワイン 2	しょうが 0.7
	みりん 2	人参 7	米油 0.2	しょうゆ 10	しょうが 1.5	みりん 1.5	コーン 10	塩 0.85	キャベツ 30	しょうが 0.3	片栗粉 15	ごま油 1.6
	砂糖 3.5	コーン 3	コチジャン 1.5	砂糖 6	米油 0.5	酒 1.5	しょうゆ 2.8	こしょう 0.05	もやし 35	米油 4	米油 3.4	豆板醤 0.4
	片栗粉 3	卵ぬきマヨネーズ 4.5	しょうゆ 0.5	酒 2	しょうゆ 8.8	水 4	酢 1.9	酒 1.5	米油 1	チキンスープ 6		酒 2
	水	酢 1.2	砂糖 0.3		砂糖 3.9	片栗粉 0.5	砂糖 0.25	片栗粉 3	ポークスープ 3	炒め玉ねぎ 20	もやし 38	ポークスープ 4
		塩 0.3	一味唐辛子 0.01	鶏肉 20	みりん 3.9	水	サラダ油 1.5	水	しょうゆ 0.5	カレー粉 1.2	小松菜 23	砂糖 0.7
	もやし 40	こしょう 0.03	トマトケチャップ 6	人参 20	酒 2.8		ごま 1		塩 0.38	塩 1	みそ 3.1	しょうゆ 3.9
	ほうれん草 20		酒 1.5	大根 20		じゃがいも 75		キャベツ 42	こしょう 0.03	ウスターソース 3.3	砂糖 1.7	こしょう 0.01
	しょうゆ 2.8	人参 20	みりん 1.5	さといも 15	キャベツ 20	バター 2	マカロニ 7	小松菜 20	片栗粉 0.4	しょうゆ 2	サラダ油 1	甜面醤 7.8
	ごま 1.6	白菜 35	水 3	小松菜 20	もやし 20	塩 0.3	豚肉 25	しょうゆ 2.8	水	トマトケチャップ 2.6	酢 1.7	片栗粉 3
		もやし 20	ごま 1.2	白玉もち 25	小松菜 20	こしょう 0.01	人参 20			ローリエ 0.01	ごま油 0.3	水
	豚肉 30	えのきたけ 5		かつお節 5	しょうゆ 2.5		玉ねぎ 25	緑豆春雨 5	鶏肉 18	水 80	ごま 1.6	
	人参 20	ほうれん草 12	もやし 40	しょうゆ 2.5	酢 1.5	人参 20	じゃがいも 35	豚ひき肉 25	大根 27	米粉 6		もやし 43
	大根 20	豆腐 23	小松菜 20	塩 0.7	砂糖 0.7	白菜 35	塩 0.95	人参 20	長ねぎ 6	水	肉団子 30	きゅうり 5
	キャベツ 15	油揚げ 8	塩 0.38	水 140	ゆず果汁 0.4	長ねぎ 6	こしょう 0.03	もやし 15	しょうが 0.1		人参 20	コーン 8
	えのきたけ 9	かつお節 5	ごま油 0.8		サラダ油 2	ほうれん草 17	乾燥パセリ 0.03	にんにく 0.4	にんにく 0.1	わかめ 1	大根 27	しょうゆ 2.8
	かつお節 5	みそ 9	酢 0.6			かつお節 5	ポークスープ 9	しょうが 0.4	小松菜 20	キャベツ 40	ポークスープ 9	酢 1.9
	しょうゆ 2.3	水 140				みそ 9	水 160	米油 0.7	トック 28	人参 8	塩 0.7	砂糖 0.25
	塩 0.6		ウインナー 16			水 140		ポークスープ 6	チキンスープ 8	しょうゆ 3	こしょう 0.03	サラダ油 1.5
	みりん 1		人参 20					チキンスープ 6	塩 0.65	サラダ油 2	しょうゆ 1.5	
	水 140		玉ねぎ 15					みそ 5.5	こしょう 0.01		水 140	鶏肉 15
			じゃがいも 35					みそ 2	しょうゆ 2.2	日向夏ゼリー 40	片栗粉 1	人参 20
			コーン 8					ごま 3	水 140		水	玉ねぎ 18
			ポークスープ 9					しょうゆ 1				じゃがいも 20
			塩 0.7					みりん 1				ほうれん草 17
			こしょう 0.03					豆板醤 0.3				チキンスープ 9
			しょうゆ 0.8					水 140				塩 0.7
			水 140					ごま油 0.5				しょうゆ 1.5
			片栗粉 1.5									ごま油 0.3
			水					ブルーベリータルト 25				水 140

令和7年10月分学校給食基準献立予定表（詳細版）　　B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。

	20（月）	21（火）	22（水）	23（木）	24（金）	27（月）	28（火）	29（水）	30（木）	31（金）
献立名	とり肉のてり煮丼（麦ごはん）	麦ごはん	ガパオライス（麦ごはん）	ごはん	黒パン	ルーローハン（麦ごはん）	かた焼きそば(めん)	ふきよせごはん	ごはん	麦ごはん
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	プルーン発酵乳	牛乳	牛乳	牛乳
	とり肉のてり煮丼（具）	揚げじゃがいものそぼろ煮	ガパオライス（具）	豚肉のみそ炒め	ハンバーグ	ルーローハン（具）	かた焼きそば（具）	あじのたつた揚げ	肉じゃが	とり肉のチリソース炒め
	塩ワンタンスープ	ごま酢あえ	ビーフンスープ	いそナムル	キャベツのガーリックソテー	野菜スープ	わかめスープ	ごまドレッシングサラダ	からしあえ	塩だれ野菜
		みそ汁	ヨーグルト	たぬき汁	さつまいものクリームスープ	ものタルト		みそ汁	吉野汁	フォースープ
材料名	米 95	米 90	米 95	米 99	黒パン 70	米 95	揚げめん 60	米 86	米 99	米 90
	麦 9	麦 9	麦 9	強化米（Ca） 0.65		麦 9		強化米（Ca） 0.65	強化米（Ca） 0.65	麦 9
	強化米（Ca） 0.65	強化米（Ca） 0.65	強化米（Ca） 0.65	強化米（鉄） 0.25	牛乳 206	強化米（Ca） 0.65	プルーン発酵乳 213	強化米（鉄） 0.25	強化米（鉄） 0.25	強化米（Ca） 0.65
	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		しょうゆ 1	水	強化米（鉄） 0.25
	水	水	水		ハンバーグ 80	水	豚肉 80	塩 0.15		水
				牛乳 206	トマトケチャップ 6		人参 15	水	牛乳 206	
	牛乳 206	牛乳 206	牛乳 206		中濃ソース 3	牛乳 206	玉ねぎ 30	さつまいも 20		牛乳 206
				豚肉 90	水 5		キャベツ 50	人参 10	豚肉 55	
	鶏肉 95	じゃがいも 130	豚ひき肉 82	玉ねぎ 40	米粉 0.2	豚肉 90	もやし 28	しめじ 5	人参 20	鶏肉 90
	玉ねぎ 30	米油 4.3	大豆ミート 7	しょうが 1	水	うずら卵 25	しょうが 0.7	枝豆 5	玉ねぎ 30	玉ねぎ 30
	長ねぎ 11	豚ひき肉 45	玉ねぎ 37	にんにく 0.5		しょうが 1.5	にんにく 0.3	しょうゆ 3.5	じゃがいも 90	しょうが 0.7
	米油 0.8	しょうゆ 5.7	ピーマン 7	米油 0.8	ウインナー 13	米油 0.2	米油 0.8	塩 0.22	米油 0.8	にんにく 0.7
	しょうゆ 8	砂糖 6.2	にんにく 0.7	みそ 5.3	キャベツ 40	ごま油 0.2	塩 0.77	砂糖 1.8	しょうゆ 7.3	米油 1
	砂糖 4	酒 2	米油 0.8	しょうゆ 2.1	ほうれん草 14	しょうゆ 7.7	しょうゆ 2.3	水 3	砂糖 4.5	トマトケチャップ 16
	みりん 2	片栗粉 1.7	しょうゆ 4.5	砂糖 3.2	コーン 11	黒糖 5	砂糖 0.3		みりん 1	中濃ソース 4.5
	酒 2	水	オイスターソース 2.2	酒 2.1	にんにく 0.5	砂糖 2.5	オイスターソース 3	牛乳 206	水 2	砂糖 2.5
	片栗粉 3		酒 1.1	豆板醤 0.2	米油 0.3	酢 3.8	ポークスープ 9			塩 0.35
	水	もやし 30	みりん 0.8	片栗粉 1.5	オリーブ油 0.3	オイスターソース 3.8	片栗粉 6.5	あじ 70	白菜 44	豆板醤 0.25
		小松菜 20	砂糖 0.45	水	ポークスープ 2	酒 3.3	水 35	しょうゆ 3.4	ほうれん草 20	片栗粉 2
	ウェーブワンタン 7	切り干し大根 1	一味唐辛子 0.02		塩 0.3	水 8	酢 2	しょうが 1	しょうゆ 2.8	水
	豚肉 10	しょうゆ 2.8	豆板醤 0.3	もやし 37	こしょう 0.02	小松菜 18		酒 1.6	からし粉 0.1	
	人参 20	砂糖 1.4	塩 0.45	小松菜 24	片栗粉 0.4		鶏肉 30	片栗粉 15	水	もやし 40
	キャベツ 15	酢 2	こしょう 0.01	ごま油 0.6	水	鶏肉 10	人参 15	米油 4.8		小松菜 20
	ほうれん草 20	ごま 1.4	乾燥バジル 0.09	塩 0.4		人参 20	長ねぎ 6		鶏肉 19	にんにく 0.6
	ポークスープ 9	ごま 1.4		のり 0.5	鶏肉 15	玉ねぎ 19	わかめ 1.8	キャベツ 25	人参 10	ごま油 1.2
	塩 1.1		ビーフン 7		人参 18	キャベツ 35	チキンスープ 9	もやし 35	大根 15	塩 0.38
	こしょう 0.04	人参 15	鶏肉 20	こんにゃく 30	さつまいも 25	じゃがいも 25	塩 0.68	しょうゆ 2.7	えのきたけ 7	こしょう 0.01
	水 160	大根 20	人参 20	人参 20	玉ねぎ 30	チキンスープ 9	しょうゆ 1.6	酢 1.3	油揚げ 6	ごま 0.6
		長ねぎ 6	キャベツ 27	大根 20	バター 1	塩 0.8	水 140	砂糖 1.3	かつお節 5	ごま 0.6
		豆腐 18	小松菜 18	ごま油 1	チキンスープ 9	こしょう 0.03	ごま油 0.5	サラダ油 1.3	しょうゆ 3.5	
		油揚げ 8	チキンスープ 9	油揚げ 9	塩 0.8	しょうゆ 1.7	ごま 1.8	ごま 1	酒 1	クイッティオ 7
		かつお節 5	塩 0.9	えのきたけ 5	こしょう 0.04	水 140		ごま 1	塩 0.5	豚肉 20
		みそ 9	こしょう 0.03	長ねぎ 7	ローリエ 0.01			ごま油 0.4	水 140	人参 18
		水 140	しょうゆ 1.2	干ししいたけ 0.4	牛乳 50	ものタルト 35			片栗粉 2.3	キャベツ 15
			水 140	しょうが 0.3	脱脂粉乳 5			大根 25	水	ポークスープ 10
				昆布 0.4	水 50			長ねぎ 6		塩 0.95
			ヨーグルト 70	かつお節 1.8	米粉 4			ほうれん草 22		こしょう 0.04
				しょうゆ 2.5	水			油揚げ 9		しょうゆ 1
				みりん 1.1				豆腐 15		酢 0.25
				塩 0.7				かつお節 5		砂糖 0.25
				水 140				みそ 9		水 140
				片栗粉 1				水 140		
				水						