

令和7年10月分学校給食基準献立予定表(詳細版)

※ 分量(g)は中学年の1人分です。

※ 学校行事等により献立を変更したり、お休みしたりすることがありますのでご了承ください。

A	3 (金)		1 (水)		2 (木)				9 (木)		10 (金)		6 (月)		7 (火)		8 (水)		17 (金)		14 (火)					
B			2 (木)		1 (水)				3 (金)		10 (金)		6 (月)		7 (火)		8 (水)		9 (木)		17 (金)		14 (火)			
C	1 (水)		2 (木)		3 (金)						6 (月)		7 (火)		8 (水)		9 (木)		10 (金)		14 (火)		15 (水)			
D	2 (木)		3 (金)						1 (水)		7 (火)		8 (水)		9 (木)		10 (金)		6 (月)		15 (水)		16 (木)			
E			3 (金)				1 (水)		2 (木)		8 (水)		9 (木)		10 (金)		6 (月)		7 (火)		16 (木)		17 (金)			
献立名		ビビンバ	あんかけごはん	ロールパン	妻ごはん	黒パン	カレーピラフ	チーズナン	かた焼きそば	ごはん	コッペパン	こぎつねずし	ぶどうパン													
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳													
		トックスープ	あべかわだんご	とり肉とじゃがいものケチャップあえ	ホイコーロー	ホワイトシチュー	とり肉のから揚げ	はやし煮	ぶどう豆	とり肉のねぎ塩炒め	ハンバーグ	肉団子	バーベキューチキン													
				いろどりスープ	もやしのあえもの	ごまドレッシングサラダ	マヨネーズサラダ	フレンチサラダ	ヨーグルト	春雨スープ	もち麦と野菜のスープ	しょうががえ	白菜のクリームシチュ													
材料名		米(委託炊飯)	80	米	80	ロールパン	50	米	70	黒パン	50	米	62	チーズナン	50	蒸し麺	40	米(委託炊飯)	80	コッペパン	50	米	65	ぶどうパン	50	
		豚ひき肉	55	油	0.3			麦	10			麦	8			油	35			麦	5					
		長ねぎ	4.5	酒	1	牛乳	206	油	0.3	牛乳	206	酒	0.8	牛乳	206	豚肉	30	牛乳	206	牛乳	206	酒	0.8	牛乳	206	
		しょうが	0.4	水				酒	1			水				人参	12					水				
		にんにく	0.1	豚肉	35	鶏肉	50	水		豚肉	30	豚肉	15	豚肉	45	玉ねぎ	30	鶏肉	60	豚ひき肉	60	さとう	1.8	鶏肉	60	
		油	0.5	ちくわ	4	塩	0.1			人参	15	人参	10	人参	12	もやし	25	長ねぎ	15	玉ねぎ	15	塩	0.7	塩	0.7	
		酒	0.8	人参	10	こしょう	0.03	牛乳	206	じゃがいも	70	玉ねぎ	20	玉ねぎ	40	白菜	40	キャベツ	35	卵	8	酢	6	カレー粉	0.7	
		さとう	1	白菜	60	片栗粉	5			玉ねぎ	50	油	1	じゃがいも	70	干し椎茸	0.8	ごま油	1	パン粉	6	人参	7	トマトケチャップ	2	
		しょうゆ	3	長ねぎ	10	じゃがいも	65	豚肉	50	油	0.7	濃縮スープ(ボーク)	1	油	1	塩	0.7	調理用牛乳	10	冷凍油揚げ	15	ウスターソース	1			
		赤みそ	1	しょうが	0.5	油	35	キャベツ	60	油	1.5	塩	0.8	グリンピース	2	小松菜	10	こしょう	0.04	塩	0.4	さとう	3	にんにく	0.1	
		一味とうがらし	0.02	油	1	玉ねぎ	30	長ねぎ	7	バター	1.5	こしょう	0.02	油	2	濃縮スープ(ボーク)	3	酒	1	こしょう	0.03	しょうゆ	3.5	酒	1	
		もやし	35	干し椎茸	0.3	油	0.5	人参	13	小麦粉	4	カレー粉	0.4	小麦粉	3	さとう	0.5	にんにく	0.2	ナツメグ	0.01	かつお節	1			
		人参	8	小松菜	10	トマトケチャップ	9.5	にんにく	0.5	濃縮スープ(ボーク)	5	ターメリック	0.05	濃縮スープ(ボーク)	3	塩	0.6	白ごま	1	トマトケチャップ	4	水	20	豚肉	2	
		小松菜	20	かつお節	1	中濃ソース	2.9	しょうが	0.5	塩	0.8	グリンピース	2	トマトケチャップ	12	こしょう	0.04	片栗粉	1.5	中濃ソース	2.5	白ごま	2.7	ベーコン	1	
		しょうゆ	2.5	水	20	さとう	1.9	ごま油	1.2	こしょう	0.04			中濃ソース	3.5	しょうゆ	4							人参	1	
		ごま油	0.3	塩	0.5			豆板醤	0.3	脱脂粉乳	12	牛乳	206	さとう	0.5	酢	1.8			もち麦	6	牛乳	206	玉ねぎ	2	
		白ごま	1	しょうゆ	3.2	ベーコン	2	酒	1.5	ローリエ	0.01			塩	0.75	片栗粉	5			緑豆春雨	7	鶏肉	15	白菜	0	
				さとう	0.3	人参	5	濃縮スープ(ボーク)	3	水	110	鶏肉	60	こしょう	0.03	水	60			豚肉	10	人参	10	肉団子	60	
		牛乳	206	オイスターソース	0.5	キャベツ	15	さとう	0.5			塩	0.45	ナツメグ	0.01			人参	10	玉ねぎ	25	油	35	油	1	
				片栗粉	3.5	小松菜	17	しょうゆ	3	キャベツ	50	こしょう	0.03	赤ワイン	1	牛乳	206	玉ねぎ	10	じゃがいも	15	さとう	1.1	バター	1	
		鶏肉	20	水		ホールコーン	10	こしょう	0.01	人参	5	白ワイン	0.5	ローリエ	0.01			小松菜	15	キャベツ	25	しょうゆ	2.2	小麦粉	3	
		大根	30			わかめ	0.3	甜面醤	6	白ごま	1.6	片栗粉	8	水	60	大豆	18	濃縮スープ(ボーク)	5	ホールコーン	10	みりん	1.1	調理用牛乳	3	
		人参	10	牛乳	206	濃縮スープ(ボーク)	5	片栗粉	1	酢	1.1	油	35			さとう	5	塩	0.6	塩	0.9	片栗粉	0.2	脱脂粉乳	3	
		長ねぎ	5			しょうゆ	1	水		しょうゆ	2.2			キャベツ	50	しょうゆ	1.4	しょうゆ	2	こしょう	0.03	水	5	濃縮スープ(ボーク)	3	
		しょうが	0.1	白玉もち	30	塩	0.9			さとう	1.1	キャベツ	38	人参	5			水	130	濃縮スープ(チキン)	5			塩	0	
		にんにく	0.1	きなこ	6	片栗粉	1.7	もやし	40	サラダ油	1.1	ホールコーン	5	きゅうり	5	ヨーグルト(鉄)	70			水	130	キャベツ	35	こしょう	0.1	
		塩	0.6	さとう	6	水	140	ほうれん草	15	ごま油	0.3	小松菜	13	さとう	0.5								もやし	20	水	1
		しょうゆ	2	塩	0.07			しょうゆ	2.4			さとう	0.2	塩	0.3								しょうが	0.8		
		こしょう	0.01					白ごま	1			塩	0.22	酢	1.8								小松菜	10		
		濃縮スープ(チキン)	5									酢	0.9	こしょう	0.03								しょうゆ	2.6		
		トック	25									こしょう	0.01	からし粉	0.09											
		水	130									サラダ油	1	サラダ油	2											
												卵めきマヨネーズ	3.7													
	エネルギー	633kcal		619kcal		613kcal		565kcal		604kcal		605kcal		601kcal		578kcal		583kcal		570kcal		635kcal		631kcal		
	たんぱく質	26.3g		20.9g		23.9g		21.8g		24.8g		23.7g		25.2g		25.3g		23.7g		29.5g		22.8g		32.2g		

令和7年10月分学校給食基準献立予定表(詳細版)

A	15 (水)		16 (木)		23 (木)		24 (金)		20 (月)		21 (火)		22 (水)		30 (木)		31 (金)		27 (月)		28 (火)		29 (水)	
B	15 (水)		16 (木)		24 (金)		20 (月)		21 (火)		22 (水)		23 (木)		31 (金)		27 (月)		28 (火)		29 (水)		30 (木)	
C	16 (木)		17 (金)		20 (月)		21 (火)		22 (水)		23 (木)		24 (金)		27 (月)		28 (火)		29 (水)		30 (木)		31 (金)	
D	17 (金)		14 (火)		21 (火)		22 (水)		23 (木)		24 (金)		20 (月)		28 (火)		29 (水)		30 (木)		31 (金)		27 (月)	
E	14 (火)		15 (水)		22 (水)		23 (木)		24 (金)		20 (月)		21 (火)		29 (水)		30 (木)		31 (金)		27 (月)		28 (火)	
献立名		ツナそぼろごはん	ひき肉とさつまいもごはん	黒パン	麦ごはん	ロールパン	ごはん	チキンカレー	ルーローパン	食パン	ごはん	麦ごはん	とり肉ときのこのクリームスパゲッティ											
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	発酵乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳											
		ワンタンスープ	ししゃものから揚げ	揚げじゃがいものそぼろ煮	ブルコギ	マカロニグラタン	いわしのたつた揚げ	わかめサラダ	みそドレッシングサラダ	チリコンカルネ	あじの南蛮漬け	生揚げと野菜のそぼろ煮	じゃがいもと大豆のから揚げ											
			いそあえ	野菜スープ	ビーフンサラダ	コールスローサラダ	おひたし			キャベツのサラダ	みそ汁	からしあえ												
							秋のみそ汁			くだもの	味付けおかか													
材料名		米(委託炊飯)	80	米	62	黒パン	50	米	70	ロールパン	50	米(委託炊飯)	80	米	70	米	60	米(委託炊飯)	80	米	70	スパゲッティ	60	
		ツナ	55	麦	8			麦	10			麦	10	麦	10			麦	10	麦	10	塩	1.2	
		凍り豆腐	4	酒	0.8	牛乳	206	油	0.3	ブルーン発酵乳	213	牛乳	206	油	0.3	油	0.3	牛乳	206	牛乳	206	油	0.3	
		人参	10	水				酒	1			酒	1	酒	1			酒	1	酒	1	鶏肉	25	
		しょうが	0.7	さつまいも	20	じゃがいも	140	水		鶏肉	30	いわし	40	水		金時豆	20	あじ	35	水		白ワイン	1	
		しょうゆ	3.6	人参	8	油	35			マカロニ	20	しょうゆ	2	鶏肉	50	豚肉	65	豚ひき肉	45	酒	0.7	人参	8	
		さとう	2.4	豚ひき肉	10	豚ひき肉	30	牛乳	206	塩	0.4	しょうが	0.6	人参	15	うずら卵水煮	20	玉ねぎ	20	片栗粉	8	牛乳	206	
		酒	1.4	しょうゆ	2	さとう	4.5			人參	10	酒	1	じゃがいも	40	しょうが	1	にんにく	0.04	油	35		ベーコン	2
		みりん	0.7	みりん	1	しょうゆ	4.5	豚肉	60	玉ねぎ	40	片栗粉	10	玉ねぎ	50	油	0.5	油	0.3	人参	5	冷凍生揚げ	50	
				塩	0.2	酒	0.5	しょうゆ	4	油	0.7	油	35	にんにく	0.2	ごま油	0.5	濃縮スープ(ボーク)	3	玉ねぎ	10	さとう	2	
		牛乳	206			片栗粉	1	さとう	2	油	2			しょうが	0.5	黒さとう	5.5	ナツメグ	0.01	干し椎茸	0.2	しょうゆ	3	
				牛乳	206	水		みりん	1	バター	2	キャベツ	50	油	1	しょうゆ	5.5	ローリエ	0.01	さとう	1.8	豚ひき肉	30	
		ウエーブワンタン	7					酒	1	小麦粉	4	小松菜	15	油	6	酢	2.5	トマトケチャップ	13	しょうゆ	3.5	人参	15	
		豚肉	20	ししゃも	40	人参	5	赤みそ	1.5	調理用牛乳	30	しょうゆ	2.8	小麦粉	6	オイスターソース	2.5	チリパウダー	0.05	一味とうがらし	0.01	玉ねぎ	35	
		人参	10	片栗粉	5.7	玉ねぎ	20	にんにく	0.2	脱脂粉乳	5			カレー粉	1	酒	2	一味とうがらし	0.02	酢	3.5	じゃがいも	60	
		玉ねぎ	40	油	35	キャベツ	30	しょうが	0.3	濃縮スープ(チキン)	2	人参	12	濃縮スープ(チキン)	2	小松菜	10	塩	0.06	ごま油	0.3	油	1.2	
		キャベツ	30			干し椎茸	0.5	人参	10	塩	0.75	塩	0.75			塩	0.75	こしょう	0.01	かつお節	1	グリーンピース	3	
		ほうれん草	10	キャベツ	45	ベーコン	2	玉ねぎ	20	こしょう	0.04	長ねぎ	10	トマトケチャップ	2	牛乳	206	さとう	1	水	3.5	さとう	3.5	
		濃縮スープ(ボーク)	5	ほうれん草	20	ほうれん草	15	もやし	30	水	40	しめじ	10	ウスターソース	2.5			しょうゆ	0.5			しょうゆ	5	
		塩	0.8	しょうゆ	2.6	濃縮スープ(ボーク)	5	油	0.5	とろけるチーズ	10	こんにやく	10	しょうゆ	1.6	キャベツ	35			豚肉	25			
		こしょう	0.03	のり	0.5	塩	0.8	にら	5	パン粉	1	冷凍油揚げ	5	ローリエ	0.02	人参	5	キャベツ	40	人参	10	キャベツ	25	
		しょうゆ	2			こしょう	0.03	ごま油	0.3			かつお節	1.5	水	80	もやし	20	ホールコーン	20	大根	40	もやし	20	
		水	130			しょうゆ	1.5	片栗粉	1	キャベツ	42	白みそ	4.5	白みそ	3.1	しょうゆ	1.3	小松菜	15	小松菜	15	小松菜	15	
						水	130	水		人参	5	赤みそ	4.5	牛乳	206	さとう	1.7	塩	0.09	冷凍油揚げ	4	しょうゆ	2.4	
								白ごま	0.7	ホールコーン	13	水	120			サラダ油	1	酢	0.6	かつお節	1.5	からし粉	0.08	
								塩	0.3					わかめ	1	酢	1.7	ごま油	0.7	白みそ	9			
								ビーフン	5	酢	1.5			キャベツ	45	ごま油	0.3			水	140			
								人参	5	こしょう	0.03			人参	5	白ごま	1.6	みかん	100					
								キャベツ	30	サラダ油	2			しょうゆ	3							味付けおかか	4	
								小松菜	10					サラダ油	2									
								さとう	0.5															
								しょうゆ	2.5															
								酢	3															
								ごま油	0.5															
								サラダ油	2															