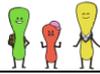


令和7年



10月学校給食予定献立表



井南市学校給食センター

日 曜	献 立 名	主 な 材 料			中 止 校			
		主に体をつくるものになる食品	主に体の調子をととのえるものになる食品	主に体のエネルギーのもとになる食品				
1(水)	ごはん 豚肉のしょうが炒め かきたま汁	牛乳 ★牛乳 豆腐	豚肉 卵	こまつな にんじん たまねぎ ねぎ	キャベツ しょうが えのきたけ	★米 片栗粉	三温糖	芳幼 木小4年
2(木)	ベーコンときのこのスパゲティー *もみのり小袋 海藻サラダ *ブルー	牛乳 ★牛乳 もみのり ツナ	ベーコン 海藻ミックス	にんにく にんじん えのきたけ ねぎ	たまねぎ しめじ マッシュルーム キャベツ	ソフトめん 片栗粉 ごま	オリーブオイル 三温糖 ごま油	西小5年 出幼
3(金)	お月見献立 若鶏の塩こうじ焼き 炊き合わせ 月見かまぼこ入りすまし汁 ☆月見ゼリー(幼) ☆月見団子(小中)	ごはん 牛乳 ★牛乳 わかめ	鶏肉 かまぼこ	にんじん たまねぎ えのきたけ	えだまめ にんじん ねぎ	★米 里芋 月見ゼリー(幼)	サラダ油 三温糖 月見団子(小中)	
6(月)	ごはん みそ肉じゃが キャベツの甘酢あえ	牛乳 ★牛乳 みそ	豚肉 ちりめん	しょうが にんじん いんげん キャベツ	にんにく たまねぎ すりおろしりんご こまつな	★米 じゃがいも	こんにやく 三温糖	高中 高幼 井幼 木幼
7(火)	パン 鮭のクリーム煮 フレンチサラダ	牛乳 ★牛乳 鮭	ベーコン 白花豆ペースト	たまねぎ マッシュルーム こまつな とうもろこし	にんじん グリーンピース キャベツ	パン	じゃがいも	井小4年 出小5年
8(水)	ごはん タッカルビ わかめスープ *韓国のみそ	牛乳 ★牛乳 みそ わかめ	鶏肉 豆腐 韓国のみそ	にんにく たまねぎ キャベツ にんじん	しょうが すりおろしりんご ピーマン たけのこ ねぎ	★米 さつまいも	三温糖 ごま油	高小4年 井小5年 出小5年 高幼
9(木)	ごはん 鰯のおかか煮 即席あえ 豚汁	牛乳 ★牛乳 豚肉 みそ	鰯 油揚げ	キャベツ にんじん だいこん	たくあん ごぼう ねぎ	★米 こんにやく	ごま	出幼
10(金)	目の愛護デー献立 キャロットピラフ かぼちゃコロッケ コンスープ ☆ブルーベリーゼリー	牛乳 ★牛乳 鶏肉	ベーコン	かぼちゃコロッケ たまねぎ とうもろこし 赤ピーマン	にんじん キャベツ パセリ	★米(キャロットピラフ) ブルーベリーゼリー	揚げ油	大小1~3年 西小6年
14(火)	中華丼 きくらげのあえ物	牛乳 ★牛乳 いか	豚肉 えび	たまねぎ たけのこ ねぎ もやし にんじん	はくさい 干しいたけ こまつな きくらげ	★米 ごま油 三温糖	★麦 片栗粉	西幼
15(水)	秋祭りの献立 祭り寿司 すまし汁 ☆ミニたい焼き	牛乳 ★牛乳 あなご わかめ	えび 豆腐 ちくわ	れんこん にんじん きぬさや えのきたけ	ごぼう ねぎ 干しいたけ たまねぎ かんぴょう	★米(ちらし寿司) 三温糖	ミニたい焼き	芳小4年 出幼
16(木)	五目うどん 野菜のレモン酢あえ *黒糖ビーンズ	牛乳 ★牛乳 油揚げ わかめ	鶏肉 かまぼこ 黒糖ビーンズ	たまねぎ 干しいたけ キャベツ レモン果汁	にんじん ねぎ こまつな	うどん	三温糖	県小 井中 芳小1~3年 稲小
17(金)	ごはん チキン南蛮 もやしのあえ物 豆腐のみそ汁	牛乳 ★牛乳 豆腐 わかめ	鶏肉 みそ	キャベツ こまつな にんじん ねぎ	もやし たまねぎ えのきたけ	★米 揚げ油 三温糖	片栗粉 *タルタルソース	県小6年 大幼 稲小6年
20(月)	そぼろ丼 なめこ汁	牛乳 ★牛乳 みそ 豆腐	鶏肉 油揚げ わかめ	しょうが いんげん ごぼう たまねぎ ねぎ 切干大根	にんじん だいこん なめこ水煮 とうもろこし	★米 三温糖	★麦	高中 芳中
21(火)	パン ハンバーグのブラウンソースかけ 粉ふきいも 野菜スープ	牛乳 ★牛乳 ベーコン	ハンバーグ	たまねぎ キャベツ	にんじん とうもろこし	パン 三温糖	サラダ油 じゃがいも	木中 高中
22(水)	ごはん 高野豆腐の卵とじ 手作り佃煮	牛乳 ★牛乳 高野豆腐 昆布 塩昆布	鶏肉 ちりめん かつおぶし 卵	にんじん 干しいたけ	たまねぎ ねぎ	★米 三温糖	じゃがいも ごま	
23(木)	チキンクリームライス 大根サラダ	牛乳 ★牛乳 ウインナー 生クリーム	鶏肉 わかめ	たまねぎ マッシュルーム だいこん	にんじん パセリ とうもろこし	★米 ごま油	三温糖	芳幼
24(金)	ごはん 鯖のごまみそかけ 浅漬け けんちん汁	牛乳 ★牛乳 みそ 豆腐	鯖 鶏肉 油揚げ	キャベツ たまねぎ ごぼう	つぼ漬け にんじん ねぎ	★米 ごま 三温糖	サラダ油 こんにやく	木小5年 井小1~3年
27(月)	ごはん 野菜と豆腐の炒め煮 春雨サラダ	牛乳 ★牛乳 豚肉	豆腐 ハム	しょうが たまねぎ 干しいたけ ねぎ もやし	にんじん たけのこ チンゲンサイ キャベツ	★米 ごま油 春雨	三温糖 片栗粉	大小 出小 西小
28(火)	スイートポテトパン ポークビーンズ ツナサラダ *角チーズ(中)	牛乳 ★牛乳 大豆 チーズ(中)	豚肉 ツナ	にんじん マッシュルーム だいこん とうもろこし	たまねぎ キャベツ こまつな	スイートポテトパン 三温糖	じゃがいも ごまドレッシング	大幼
29(水)	かみかみ献立 菜めし 筑前煮 はりはりあえ	牛乳 ★牛乳 ちくわ ちりめん	鶏肉 昆布	ごぼう たけのこ いんげん こまつな	にんじん 干しいたけ 花切大根 しょうが	★米(菜めし) 三温糖 じゃがいも	こんにやく	
30(木)	ごはん ままかりの甘酢漬け 塩昆布あえ さつまいものみそ汁	牛乳 ★牛乳 ままかり 塩昆布 わかめ	ままかり 油揚げ みそ	キャベツ たまねぎ ねぎ	にんじん だいこん	★米 三温糖	揚げ油 さつまいも	芳小6年
31(金)	チキンカレー コールスロー	牛乳 ★牛乳	鶏肉	にんにく にんじん すりおろしりんご えだまめ	たまねぎ グリーンピース チャツネ キャベツ とうもろこし	★米 じゃがいも 三温糖	★麦 サラダ油	木小 西小1~3年 芳小6年 県幼 木幼

※給食食材の仕入れ状況により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★は地産産物(県内産含む)