

令和8年度10月分 学校給食献立表

越谷市教育委員会

Cブロック

日	曜	献立名	使 用 す る 食 品 名				アレルギー表示義務8品目 (そば・落花生・くるみは不使用) ※原材料の一部に含むものに○を表示しています。 卵乳小麦えびかに						栄養価		
													中学校		
			(黄)おもにエネルギーのもとになる	(赤)おもに体をつくるもとになる	(緑)おもに体の調子を整えるもとになる	調味料他		エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)						
1	木	ライスボールパン	ライスボール						○			903	35.8		
		牛乳		牛乳					○						
		ミートボール(3)		鶏肉	玉ねぎ										
		パンネのクリーム煮	じゃが芋・ペンネ・米油 ホワイトルウ	鶏肉・脱脂粉乳・チーズ	玉ねぎ・人参・グリーンピース	塩・こしょう			○	○					
		コールスロー	米油・砂糖		キャベツ・人参	塩・りんご酢									
2	金	★特定原材料8品目(8大アレルゲン)を使用しない献立(ただし、飲用牛乳と醤油(小麦を含む)は使用しています。)										805	30.5		
		ねぎ塩豚丼(御飯)	御飯												
		(具)	馬鈴薯澱粉	豚肉	長ねぎ・キャベツ・人参 もやし・小松菜・にんにく レモン果汁	塩・みりん									
		牛乳(250ml)		牛乳					○						
		切干大根のサラダ	米油		切干大根・きゅうり・人参	醤油				○					
5	月	御飯	御飯						○			814	28.9		
		牛乳(250ml)		牛乳											
		魚すり身フライ	米油・パン粉	たら	キャベツ・玉ねぎ					○					
		生揚げの甘酢煮	米油・砂糖・馬鈴薯澱粉	生揚げ・豚肉	玉ねぎ・人参・たけのこ にんにく・さやいんげん 干椎茸・生姜	中華用スープストック・酒 みりん・醤油・トマトケチャップ 黒酢・ナンプラー					○				
		中華風即席漬け	ごま油		キャベツ・きゅうり・人参	塩・醤油				○					
6	火	御飯	御飯						○			806	28.3		
		牛乳(250ml)		牛乳											
		チキンメンチカツ	米油・小麦粉・パン粉	鶏肉	玉ねぎ	中濃ソース(ボトル)					○				
		豆腐団子と春雨のスープ	春雨	豆腐ミートボール	人参・チンゲンサイ	醤油・酒・塩・ 中華用スープストック・鶏がら					○				
		千草和え	米油		キャベツ・ほうれん草 コーン・人参	醤油					○				
7	水	御飯	御飯							○		803	28.1		
		牛乳(250ml)		牛乳					○						
		照り焼きハンバーグ	米油・砂糖・馬鈴薯澱粉・パン粉	豚肉・鶏肉	玉ねぎ	醤油・みりん			○	○					
		けんちん汁	じゃが芋・米油	豆腐・油揚げ	大根・人参・ごぼう 長ねぎ・こんにゃく	醤油・塩・煮干し・削り節					○				
		ごま醤油和え	ごま・砂糖・米油		小松菜・キャベツ・人参	醤油					○				
8	木	ツイストパン	ツイストパン							○		869	34.4		
		牛乳(250ml)		牛乳					○						
		チリコンカン	米油	大豆・豚肉	玉ねぎ・人参・にんにく	トマトケチャップ・ウスターソース スープストック・チリパウダー パプリカ・こしょう									
		クリーミーサラダ	コーンクリーミードレッシング(ボトル)		キャベツ・きゅうり・人参										
		みかん			みかん										
9	金	五目寿司(麦酢飯)	麦酢飯									871	29.3		
		(具)	砂糖	鶏肉・竹輪・油揚げ	人参・たけのこ かんぴょう・グリーンピース	酒・醤油					○				
		牛乳(250ml)		牛乳					○						
		太刀魚フライ	米油・パン粉	太刀魚		中濃ソース(ボトル)					○				
		マカロニサラダ	マカロニ・米油		きゅうり・キャベツ・人参・コーン	醤油・塩・こしょう					○				
13	火	御飯	御飯						○			822	27.9		
		牛乳(250ml)		牛乳											
		鶏肉と根菜のつくね	里芋・ラード	鶏肉	ごぼう・玉ねぎ・れんこん										
		アイリッシュスープ	じゃが芋・大麦・米油	豚肉	人参・玉ねぎ	スープストック・ローリエ・塩・こしょう									
		枝豆とわかめのサラダ	米油・砂糖・ごま油	わかめ	キャベツ・枝豆・人参	醤油・酢・塩					○				
14	水	味噌ラーメン(中華麺)	中華麺							○		831	29.5		
		(汁)	ごま・砂糖・ごま油	豚肉・味噌	もやし・コーン・長ねぎ 人参・生姜・ 干椎茸・にんにく	醤油・中華用スープストック こしょう・鶏がら					○				
		牛乳(250ml)		牛乳					○						
		卵の花コロッケ	米油・パン粉	おから・豚肉							○				
		和風フレンチ	米油	ひじき	キャベツ・きゅうり・人参	醤油					○				
15	木	★特定原材料8品目(8大アレルゲン)を使用しない献立(ただし、飲用牛乳と醤油(小麦を含む)は使用しています。)										803	29.7		
		御飯	ごはん							○					
		牛乳		牛乳											
		さばの塩焼き	米油	さば											
		じゃが芋のそぼろ煮	じゃが芋・砂糖	鶏肉	玉ねぎ・人参 こんにゃく・さやいんげん	醤油					○				
16	金	即席漬け			キャベツ・きゅうり	醤油・塩					○		835	27.4	
		御飯	御飯						○						
		牛乳(250ml)		牛乳											
		家常豆腐(ジャーチャンドウフ)	米油・砂糖・ごま油 馬鈴薯澱粉	豚肉・生揚げ・味噌	たけのこ・人参 干椎茸・にら・玉ねぎ にんにく・生姜・長ねぎ	醤油・豆板醤 中華用スープストック					○				
		マヨネーズサラダ	マヨネーズ(チューブ)		キャベツ・きゅうり・人参	塩・こしょう			○						
19	月	鶏ごぼう丼(麦御飯)	麦御飯									839	29.9		
		(具)	砂糖・米油	鶏肉	生姜・玉ねぎ・こんにゃく 人参・ごぼう・枝豆	みりん・醤油					○				
		牛乳		牛乳					○						
		変わり和え	ごま油・米油	バックかつお節	もやし・きゅうり・人参・コーン	醤油					○				
		ドライブルーン			ブルーン										
20	火	御飯	御飯						○			792	29.1		
		牛乳(250ml)		牛乳											
		かつおとじゃが芋の甘辛和え	じゃが芋・米油・砂糖 馬鈴薯澱粉	かつお		醤油・みりん					○				
		呉汁		大豆・油揚げ・味噌	大根・こんにゃく・ごぼう 長ねぎ・人参	煮干し									
		変わり浸し	米油・ごま油		キャベツ・ほうれん草 人参・もやし	醤油					○				
21	水	麦御飯	麦御飯									882	27.9		
		牛乳(250ml)		牛乳					○						
		豆とかぼちゃのコロッケ	米油・パン粉		かぼちゃ						○				
		ごぼうと豚肉の炒め煮	米油・砂糖	豚肉	ごぼう・こんにゃく・人参 さやいんげん・生姜	酒・醤油					○				
		キャベツのサラダ	ごま油・砂糖		キャベツ・きゅうり・人参	醤油・洋辛子粉					○				

裏面もご覧ください！

令和8年度10月分 学校給食献立表

越谷市教育委員会

Cブロック

日	曜	献立名	使 用 す る 食 品 名				アレルギー表示義務8品目 (そば・落花生・くるみは不使用) ※原材料の一部に含むもの に○を表示しています。 卵 乳 小麦 えび かに					栄養価		
														中学校
			(黄)おもにエネルギーのもとになる	(赤)おもに体をつくるもとになる	(緑)おもに体の調子を整えるもとになる	調味料他		エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)					
22	木	御飯 牛乳 豚肉の甘辛焼き さつま芋とキャベツの味噌汁 酢の物	御飯 米油・砂糖 さつま芋 春雨・砂糖	 牛乳 豚肉 豆腐・油揚げ・味噌 わかめ	 にんにく キャベツ・長ねぎ きゅうり	 醤油 削り節・煮干し 酢・醤油・塩	 ○ ○ ○	 ○ ○ ○	 ○ ○ ○	777	28.7			
23	金	コッペパンスライス 牛乳 フランクフルトのケチャップソース ABCスープ	コッペパンスライス 米油 マカロニ	 牛乳 フランクフルト 鶏肉	 白菜・人参・玉ねぎ グリーンピース	 トマトケチャップ・ウスターソース 醤油・塩・こしょう・鶏がら	 ○ ○	 ○ ○	 ○ ○	810	29.4			
		ポテトサラダ	じゃが芋・砂糖・マヨネーズ(チューブ)		人参・きゅうり	酢・塩・こしょう	○							
		御飯 牛乳(250ml) 大豆とごぼうのメンチカツ 切干大根と糸昆布の煮付け 春雨サラダ スティックチーズ	御飯 米油・パン粉 砂糖 春雨・米油・砂糖	 牛乳 豚肉・鶏肉・大豆 昆布・鶏肉・油揚げ	 玉ねぎ 切干大根・こんにゃく 人参 キャベツ・人参・きゅうり	 醤油 塩・酢・醤油・洋辛子粉	 ○ ○ ○ ○	 ○ ○ ○ ○	 ○ ○ ○ ○	870	29.2			
		千間台小学校児童が考えた献立												
27	火	御飯 抹茶ふりかけ 牛乳(250ml) とんかつ いわしのつみれ汁 野菜サラダ	御飯 米油・パン粉 米油	 抹茶ふりかけ 牛乳 豚肉 いわしつみれ	 大根・人参・長ねぎ・生姜 キャベツ・きゅうり・コーン	 中濃ソース(ボトル) 酒・うすくち醤油・醤油・削り節 醤油	 ○ ○ ○	 ○ ○ ○	 ○ ○ ○	802	27.4			
		カレーライス(麦御飯) (ルウ) 牛乳(250ml) フレンチサラダ 柿	麦御飯 じゃが芋・米油・カレールウ	豚肉・チーズ 牛乳	玉ねぎ・人参・にんにく キャベツ・きゅうり・人参 柿	トマトケチャップ・ウスターソース・ガラムマサラ フレンチドレッシング(ボトル)	 ○ ○	 ○ ○	 ○ ○	897	29.1			
		★特定原材料8品目(8大アレルゲン)を使用しない献立(ただし、飲用牛乳と醤油(小麦を含む)は使用しています。)												
		29	木	御飯 牛乳 鶏肉の照り焼き 豚汁 もやしのサラダ	御飯 米油・砂糖 じゃが芋・米油 米油・砂糖	 牛乳 鶏肉 豆腐・豚肉・油揚げ・味噌	 生姜 大根・人参・ごぼう こんにゃく・長ねぎ もやし・きゅうり・人参	 醤油・みりん・酒 醤油・酢・塩	 ○ ○ ○	 ○ ○ ○	 ○ ○ ○	798	33.5	
30	金			肉汁うどん(地粉うどん) (汁) 牛乳 大学芋 醤油フレンチ	地粉うどん 砂糖 さつま芋・米油・砂糖・ごま 米油	 豚肉・なると・油揚げ 牛乳	 長ねぎ・人参 キャベツ・きゅうり・人参	 醤油・酒・削り節・煮干し 醤油 醤油	 ○ ○ ○ ○	 ○ ○ ○ ○	881	28.1		
				食物アレルギー対応食		※対応食を希望される場合は、申請が必要です		平均栄養量					834	29.6
				26日(月)スティックチーズ→味付け小いわし(ごまなし)(乳対応)		◎材料入荷の都合による献立変更はご了承下さい。 ◎ () 内の数は個数です。 ◎毎日、箸を忘れないようにしましょう。 ◎曜日で○で囲んである日は、箸とスプーンを用意しましょう。							基準	830

学校給食 食物アレルギー対応について

越谷市の学校給食では、食物アレルギーを持つ児童・生徒及び保護者の方に下記のような対応を行っています。

- (1)資料の提供(※1) ① 給食材料が詳細に書かれた献立表 ② 給食用物資の原料配合表(※2)
(2)給食内容の選択 ア、完全給食 イ、牛乳不飲 ウ、主食(御飯・パン・麺)のみ エ、副食(おかず)のみ オ、牛乳のみ
(3)対応食の提供(※1)
(4)「特定原材料」8品目(※3)を使用しない献立提供(該当する献立には★印がついています)

ただし、飲用牛乳と醤油(少量の小麦を含む)は使用し、食材料のみが該当します。希望の場合、★印献立のみの喫食が可能です。

※1…(1)(3)の情報は、越谷市ホームページ「こしがや子育てネット」に掲載しています。

※2…原料配合表には、業者からの開示されている情報(コンタミネーションを含む)のみを掲載しています。なお、コンタミネーションとは、食品を製造する際に、原材料としては使用していないにもかかわらず、特定原材料等が意図せずして最終加工食品に混入してしまうことです。

※3…「特定原材料」8品目とは、【卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ】です。

◎越谷市の給食では、そば・落花生・くるみ・キウイフルーツ・メロン・アーモンド・卵入りパンは使用しておりません。

(但し、工場内で使用していることがあります。詳細は原料配合表のコンタミネーションをご覧ください。)

◎「特定原材料」8品目を除いた献立実施日に同じ調理場の他のラインで「特定原材料」8品目を使用する場合があります。

◎調理場・調理従事者・調理機械・器具・食器等は、アレルギー専用ではなく、完全除去ではありません。

注意して調理しておりますが、同じ調理場内で調理しておりますのでご了承ください。

◎揚げ油は、濾過して数回使用しているため、アレルゲンを含む原材料及び加工食品も調理しています。

◎丸ごと食べられる魚やその他の魚に関して、魚卵を含む場合があります。小魚や海そうには、えび・かにを含む場合があります。

◎業者から納品される原材料及び加工食品については、同一の製造ライン・同一工場内・同一製造工程で、他のアレルゲンを含む食品を製造している場合があります。

◎加工食品等に含まれる割合が5%未満の原材料については表示していません。

この献立表には、加工食品等に含まれる全ての原材料を記載しているわけではありませんので、詳細は、※2の原料配合表をご覧ください。

【問い合わせ先】給食課 TEL：９６３－９２９３

今年度の食育・献立のテーマは…【まごわやさしい】
10月は「魚」に注目した料理が給食に登場します！

◆さばの塩焼き

さばは一年中食べられる魚ですが、旬は秋です。秋にとれるさばは「秋さば」と呼ばれ、脂がのっておいしくなります。

◆太刀魚フライ

銀色の細長い姿が刀に似ていることから、太刀魚と呼ばれています。太刀魚の旬は夏から秋です。

◆かつおとじゃが芋の甘辛和え

秋にとれるかつおは「戻りがつお」と呼ばれ、脂がのっています。角切りにしたかつおとじゃが芋を揚げ、甘辛いたれで和えた料理です。

今月の越谷産情報

米(越谷産彩のかがやき)

長ねぎ(中島・三野宮)

小松菜(小曽川)

※生育状況により、産地を変更することがあります。

お知らせ

子どもに人気の給食レシピを子育てネットにて掲載中！
ぜひご活用ください。

▶こしがや子育てネットの
トップページから

親子で作ろう♪人気給食レシピ

検索

▶QRコードから

