

令和8年度10月分 学校給食献立表

越谷市教育委員会

B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。								栄養価		
			(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	卵 乳 小麦 えび かに								小学校(中)	たんぱく質 (g)	
							エネルギー (Kcal)										
1	木	とりごぼうどん(むぎごはん)	むぎごはん												691	26.1	
		(ぐ)	さとう・米油	とり肉	しょうが・たまねぎ こんにやく・にんじん・ごぼう えだまめ	みりん・しょうゆ						○					
		牛乳		牛乳					○								
		かわりあえ	ごま油・米油	バックかつおぶし	もやし・きゅうり・にんじん・コーン ブルー	しょうゆ					○						
		ドライブルー															
2	金	ごはん	ごはん												627	24.0	
		牛乳		牛乳					○								
		ぶた肉のあまからやき	米油・さとう	ぶた肉	にんにく	しょうゆ						○					
		さつまいもとキャベツのみそしる すのもの	さつまいも はるさめ・さとう	とうふ・油あげ・みそ わかめ	キャベツ・ながねぎ きゅうり	けずりぶし・にぼし す・しょうゆ・しお						○					
5	月	ごもくずし(むぎすめし)	むぎすめし												670	23.3	
		(ぐ)	さとう	とり肉・ちくわ・油あげ	にんじん・たけのこ かんぴょう・グリーンピース	さけ・しょうゆ						○					
		牛乳		牛乳						○							
		たちうおフライ マカロニサラダ	米油・パンこ マカロニ・米油	たちうお	きゅうり・キャベツ・にんじん・コーン	ちゅうのうソース(ボトル) しょうゆ・しお・こしょう						○					
6	火	★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。)														642	27.6
		ごはん	ごはん														
		牛乳		牛乳						○							
		とり肉のてりやき	米油・さとう	とり肉	しょうが	しょうゆ・みりん・さけ						○					
		とんじる	じゃがいも・米油	とうふ・ぶた肉・油あげ・みそ	だいこん・にんじん・ごぼう こんにやく・ながねぎ												
7	水	もやしのサラダ	米油・さとう		もやし・きゅうり・にんじん	しょうゆ・す・しお							○		642	26.9	
		ツイストパン	ツイストパン											○			
		牛乳		牛乳						○							
		チリコンカン	米油	だいず・ぶた肉	たまねぎ・にんじん・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											
8	木	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・にんじん										656	22.4	
		みかん			みかん												
		ごはん	ごはん														
		牛乳		牛乳						○							
		だいずとごぼうのメンチカツ	米油・パンこ	ぶた肉・とり肉・だいず	たまねぎ							○					
9	金	きりぼしだいこんといとこんぶのにつけ	さとう	こんぶ・とり肉・油あげ	きりぼしだいこん・こんにやく にんじん	しょうゆ							○		725	23.8	
		はるさめサラダ	はるさめ・米油・さとう		キャベツ・にんじん・きゅうり	しお・す・しょうゆ						○					
		スティックチーズ		チーズ						○							
		肉じるうどん(じごなうどん) (しる)	じごなうどん さとう	ぶた肉・なると・油あげ 牛乳	ながねぎ・にんじん	しょうゆ・さけ・けずりぶし・にぼし						○					
13	火	牛乳							○						674	21.5	
		だいがくいも	さつまいも・米油・さとう・ごま			しょうゆ						○					
		しょうゆフレンチ	米油		キャベツ・きゅうり・にんじん	しょうゆ						○					
		ごはん	ごはん														
14	水	牛乳		牛乳					○						624	24.9	
		ジャーチャンドウフ	米油・さとう・ごま油 ばれいしょでんぶん	ぶた肉・なまあげ・みそ	たけのこ・にんじん ほししいたけ・にら・たまねぎ にんにく・しょうが・ながねぎ	しょうゆ・トウバンジャン ちゅうかようスープストック						○					
		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・にんじん	しお・こしょう						○					
		とう乳プリンタルト	とう乳プリンタルト														
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。)														609	23.2
		ねぎしおぶたどん(ごはん)	ごはん														
		(ぐ)	ばれいしょでんぶん	ぶた肉	ながねぎ・キャベツ・にんじん もやし・こまつな・にんにく レモンかじゅう	しお・みりん											
		牛乳		牛乳						○							
		きりぼしだいこんのサラダ	米油		きりぼしだいこん・きゅうり・にんじん	しょうゆ							○				
16	金	ごはん	ごはん												678	28.0	
		牛乳		牛乳						○							
		かつおとじゃがいものあまからあえ	じゃがいも・米油・さとう ばれいしょでんぶん	かつお		しょうゆ・みりん						○					
		ごじる		だいず・油あげ・みそ	だいこん・こんにやく・ごぼう ながねぎ・にんじん	にぼし											
20	火	かわりびたし	米油・ごま油		キャベツ・ほうれんそう にんじん・もやし	しょうゆ							○		629	23.8	
		ライスボールパン	ライスボール														
		牛乳		牛乳						○							
		ミートボール(2)		とり肉	たまねぎ												
19	月	ペンネのクリームに	じゃがいも・ペンネ・米油 ホワイトルウ	とり肉・だっしふん乳・チーズ	たまねぎ・にんじん・グリーンピース	しお・こしょう							○	○	659	25.3	
		コールスロー	米油・さとう		キャベツ・にんじん	しお・りんごす											
		★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。)															
		ごはん	ごはん														
21	水	牛乳		牛乳					○						661	23.3	
		さばのしおやき	米油	さば													
		じゃがいものそぼろに	じゃがいも・さとう	とり肉	たまねぎ・にんじん こんにやく・さやいんげん	しょうゆ							○				
		そくせきづけ			キャベツ・きゅうり	しょうゆ・しお							○				
		コッペパンスライス	コッペパンスライス														○
20	火	牛乳		牛乳					○						629	23.8	
		フランクフルトのケチャップソース	米油	フランクフルト		トマトケチャップ・ウスターソース											
		ABCスープ	マカロニ	とり肉	はくさい・にんじん・たまねぎ グリーンピース	しょうゆ・しお・こしょう・とりがら						○					
		ポテトサラダ	じゃがいも・さとう・マヨネーズ(チューブ)		にんじん・きゅうり	す・しお・こしょう					○						
21	水	みそラーメン(ちゅうかめん)	ちゅうかめん												661	23.3	
		(しる)	ごま・さとう・ごま油	ぶた肉・みそ	もやし・コーン・ながねぎ にんじん・しょうが ほししいたけ・にんにく	しょうゆ・ちゅうかようスープストック こしょう・とりがら							○				
		牛乳		牛乳								○					
		うのはなコロッケ	米油・パンこ	おから・ぶた肉									○				
		わふうフレンチ	米油	ひじき	キャベツ・きゅうり・にんじん	しょうゆ							○				

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

・各料理に使用している材料を行ごとに表示しています。
・各料理のアレルギー表示は8品目（越谷市の学校給食では、そば・落花生・くるみは不使用のため表示なし）について表示しています。
・令和7年度に引き続き、乳成分不使用パンの種類が増えました。
・令和8年度4月より、麺の規格が一部変更になりました。量につきましては、詳細な献立表をご確認ください。
その他、注意事項は裏面をご覧ください。

裏面もご覧ください！

8日(木)スティックチーズ→味付け小いわし(ごまなし)(乳対応)

令和8年度10月分 学校給食献立表

越谷市教育委員会

B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				
			(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						小学校(中)				
												エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)			
22	木	千間台小学校児童が考えた献立									630	22.1				
		ごはん	ごはん													
		まっちゃんりかけ		まっちゃんりかけ												
		牛乳		牛乳				○								
		とんかつ	米油・パンこ	ぶた肉		ちゅうのうソース(ボトル)			○							
		いわしのつみれじる		いわしつみれ	だいこん・にんじん ながねぎ・しょうが	さけ・うすくちしょうゆ・しょうゆ・けずりぶし			○							
23	金	やさいサラダ	米油		キャベツ・きゅうり・コーン	しょうゆ			○		640	22.3				
		ごはん	ごはん					○								
		牛乳		牛乳												
		とり肉とこんさいのつくね	さといも・ラード	とり肉	ごぼう・たまねぎ・れんこん											
		アイリッシュスープ	じゃがいも・おおむぎ・米油	ぶた肉	にんじん・たまねぎ	スープストック・ローリエ・しお・こしょう										
26	月	えだまめとわかめのサラダ	米油・さとう・ごま油	わかめ	キャベツ・えだまめ・にんじん	しょうゆ・す・しお			○		636	23.4				
		ごはん	ごはん					○								
		牛乳		牛乳												
		さかなすりみフライ	米油・パンこ	たら	キャベツ・たまねぎ					○						
		なまあげのあまずに	米油・さとう・ばれいしょでんぶん	なまあげ・ぶた肉	たまねぎ・にんじん・たけのこ にんにく・さやいんげん ほししいたけ・しょうが	ちゅうかようスープストック・さけ みりん・しょうゆ・トマトケチャップ くろず・ナンプラー				○						
27	火	ちゅうかふうそくせきづけ	ごま油		キャベツ・きゅうり・にんじん	しお・しょうゆ			○		637	23.0				
		ごはん	ごはん					○								
		牛乳		牛乳												
		チキンメンチカツ	米油・こむぎこ・パンこ	とり肉	たまねぎ	ちゅうのうソース(ボトル)				○						
		とうふだんごとはるさめのスープ	はるさめ	とうふミートボール	にんじん・チンゲンサイ	しょうゆ・さけ・しお ちゅうかようスープストック・とりがら				○						
28	水	ちぐさあえ	米油		キャベツ・ほうれんそう コーン・にんじん	しょうゆ			○		623	22.5				
		ごはん	ごはん						○							
		牛乳		牛乳												
		てりやきハンバーグ	米油・さとう・ばれいしょでんぶん・パンこ	ぶた肉・とり肉	たまねぎ	しょうゆ・みりん	○	○	○							
		けんちんじる	じゃがいも・米油	とうふ・油あげ	だいこん・にんじん・ごぼう ながねぎ・こんにゃく	しょうゆ・しお・にぼし・けずりぶし				○						
29	木	ごまじょうゆあえ	ごま・さとう・米油		こまつな・キャベツ・にんじん	しょうゆ				○	696	22.5				
		カレーライス(むぎごはん)	むぎごはん													
		(ルウ)	じゃがいも・米油・カレールウ	ぶた肉・チーズ	たまねぎ・にんじん・にんにく	トマトケチャップ・ウスターソース ガラムマサラ			○	○						
		牛乳		牛乳					○							
		フレンチサラダ			キャベツ・きゅうり・にんじん	フレンチドレッシング(ボトル)										
30	金	かき			かき						683	21.6				
		むぎごはん	むぎごはん						○							
		牛乳		牛乳												
		まめとかぼちゃのコロッケ	米油・パンこ		かぼちゃ					○						
		ごぼうとぶた肉のいために	米油・さとう	ぶた肉	ごぼう・こんにゃく・にんじん さやいんげん・しょうが	さけ・しょうゆ				○						
		キャベツのサラダ	ごま油・さとう		キャベツ・きゅうり・にんじん	しょうゆ				○	平均栄養量	654	23.9			
		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					◎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。 ◎曜日を○で囲みである日は、箸とスプーンを用意しましょう。							
		8日(木)スティックチーズ→味付け小いわし(ごまなし)(乳対応)							基準 (3・4年生が基準になっています)					653	21.2～32.7	

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

