

日	10月 1日 (水)		10月 2日 (木)		10月 3日 (金)		10月 6日 (月)		10月 7日 (火)		10月 8日 (水)	
献立名	そぼろ丼(御飯) 牛乳 揚げたこ焼き 和風フレンチ		御飯 牛乳 いわしフライ 大根の味噌汁 ごま和え みたらし団子		御飯 牛乳 家常豆腐(ジャーチャンドウフ) 枝豆サラダ ドライプルーン		★御飯 牛乳 さばの塩焼き ごぼうと豚肉の炒め煮 野菜サラダ		御飯 牛乳 鶏肉のごま味噌かけ 豚肉と根菜のすまし汁 マカロニサラダ		肉汁うどん 牛乳 さつま芋と大豆のごまがらめ お浸し	
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	御飯	84.8	御飯	67	御飯	67	御飯	67	御飯	67	地粉うどん(1・2・3年生)	168
	鶏もも挽肉	25									地粉うどん(4・5・6年生)	216
	鶏胸挽肉	25	牛乳(200ml)	206	牛乳(200ml)	206	牛乳(200ml)	206	牛乳(200ml)	206	豚肩肉	15
	ホールコーン	6									豚もも肉	15
	人参	6	いわしフライ40g(小学校)	40	豚もも挽肉	15	★さばの文化干し50g	50	鶏もも切身(酒漬)60g	60	長ねぎ	10
	(冷凍)グリーンピース	3	米油	5	豚肩挽肉	15	米油	1	米油	1	人参	7
	干椎茸スライス	1	中濃ソース(ボトル)	5	一口生揚げ	35			白いりごま	2.1	なると	5
	濃口醤油	5.5			たけのこ	15	ごぼう	30	濃口醤油	0.7	油揚げ	5
	上白糖	1	大根	40	人参	8	豚もも肉	10	本みりん	1.1	濃口醤油	13
	根生姜	0.8	油揚げ	6	干椎茸スライス	1	豚肩肉	10	白味噌	2.8	清酒	1
	清酒	1	木綿豆腐	20	にら	5	板こんにゃく	10	上白糖	1.4	上白糖	0.1
	水	8	煮干しパック	2	玉ねぎ	20	人参	8	水	4.5	かつお削り節パック(だし用)	1
	本みりん	1	かつお削り節パック(だし用)	1	にんにく	0.2	(冷凍)さやいんげん	10			煮干しパック	2
			白味噌	12	根生姜	0.5	根生姜	0.8	豚肩肉	10		
	牛乳(200ml)	206			赤味噌	4	米油	1	豚もも肉	10	牛乳(200ml)	206
			キャベツ	30	長ねぎ	10	清酒	2.5	大根	15		
	たこ焼き35g	35	ほうれん草	15	米油	1	上白糖	2	人参	10	(冷蔵)さつま芋	55
	米油	5	もやし	10	濃口醤油	2.1	濃口醤油	5	小松菜	10	米油	8
			人参	5	上白糖	1.2	水	17	ごぼう	10	炒り大豆	7
	ひじき	0.5	白ねりごま	2.5	豆板醤	0.15			長ねぎ	8	中ざら糖	8
	キャベツ	35	上白糖	1.5	ごま油	0.3	キャベツ	40	油揚げ	8	水	4
	きゅうり	8	濃口醤油	3	中華用スープストック	0.5	きゅうり	10	清酒	0.8	濃口醤油	2.7
	人参	7			馬鈴薯澱粉	1.5	ホールコーン	10	うすくち醤油	5.5	白いりごま	0.3
	米サラダ油	2.5	みたらし団子30g	30	水	20	米サラダ油	2	濃口醤油	1		
	濃口醤油	3					濃口醤油	3.3	かつお削り節パック(だし用)	1.7	キャベツ	30
					キャベツ	35					ほうれん草	20
					人参	5			フジッリマカロニ	6	もやし	15
					(冷凍)枝豆(むき実)	8			米サラダ油	0.15	濃口醤油	3
					ホールコーン	12			きゅうり	8	パックかつお削り節	0.4
					塩	0.1			キャベツ	15		
					白こしょう	0.02			人参	10		
					マヨネーズ(チューブ)	7.5			米サラダ油	2		
									濃口醤油	2.5		
					ブルーン(2個入)16g	16			塩	0.1		
									白こしょう	0.01		

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目【卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ】を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。

※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。

日	10月 9日 (木)		10月10日 (金)		10月14日 (火)		10月15日 (水)		10月16日 (木)		10月17日 (金)	
献立名	子どもパン 牛乳 ミートボール(2) アイリッシュスープ コールスロー		大豆入りタコライス(麦御飯) 牛乳 豆腐団子と春雨のスープ		カレーライス(麦御飯) 牛乳 すだち酢和え		御飯 牛乳 レバーと高野豆腐の揚げ和え ひじきの炒り煮 中華サラダ		麦御飯 のりの佃煮 牛乳 豆とかぼちゃのコロッケ 五目金平 切干大根のサラダ		御飯 牛乳 照り焼きハンバーグ イナムドゥチ 変わり浸し シークワサーゼリー	
材 料 名 及 び 分 量 (一 人 分 の グ ラ ム 数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	子供パン40g(1・2年生)	59	麦御飯	76.8	麦御飯	76.8	御飯	67	麦御飯	57	御飯	67
	子供パン50g(3・4年生)	74	豚もも挽肉	22	じゃが芋	35	牛乳(200ml)	206	のりの佃煮8g(小学校)	8	牛乳(200ml)	206
	子供パン60g(5・6年生)	89	玉ねぎ	20	玉ねぎ	40						
	牛乳(200ml)	206	人参	13	人参	15	豚レバー(生姜醤油にんにく漬)澱粉付	25	牛乳(200ml)	206	ハンバーグ50g	50
		ミートボール(ケチャップ味)20g	40	大豆	4	豚もも肉						
	豚肩肉角切り		15	にんにく	0.2	豚肩肉	15	馬鈴薯澱粉	1.6	米油	7	上白糖
		じゃが芋	30	米油	0.2	にんにく	0.2	米油	5			
	人参	12	清酒	0.6	米油	1	濃口醤油	5	上白糖	3.4	水	1.5
	玉ねぎ	20	トマト(カット)	17	カレールウ	15	上白糖	3.4				
	大麦	8	塩	0.3	粉チーズ	3	本みりん	2.4	さつま揚げ	10	人参	12
	スープストック	1	白こしょう	0.01	プロセスチーズ(ダイス状)	3	水	1.5				
	ローリエ	0.02	チリパウダー	0.01	トマトケチャップ	2	ひじき	4	鶏もも肉	7	干椎茸スライス	1.5
	米油	1	カレールウ	0.2	ウスターソース	2						
	塩	0.7	トマトケチャップ	7	ガラムマサラ	0.07	人 参	10	濃口醤油	4.5	豚骨スープ	5
	白こしょう	0.03	上白糖	0.3	牛乳(200ml)	206	油揚げ	5				
	キャベツ	45	オイスターソース	0.2			小松菜	15	さつま揚げ	5	水	5
			キャベツ	45	もやし	25			米油	1		
			きゅうり	10	人参	8	上白糖	2	人 参	10		
			塩	0.1	乾燥カットわかめ	0.3	油揚げ	5			米サラダ油	2
			牛乳(200ml)	206	うすくち醤油	2.2	さつま揚げ	5	濃口醤油	3		
	人参	10	上白糖	1	牛乳(200ml)	206	上白糖	2				
			チンゲンサイ	12			濃口醤油	5.5	糸寒天	7		
			豆腐ミートボール	30	ごま油	0.4	本みりん	1			中華ドレッシング(ボトル)	5
			春雨	5	すだち果汁	1.2	水	25				
濃口醤油			2			キャベツ	35					
清酒	1			きゅうり	10							
塩	0.7			人参	5							
中華用スープストック	0.7			糸寒天	7							
鶏がら	5			中華ドレッシング(ボトル)	5							

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目[卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ]を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。

※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。

日	10月20日 (月)		10月21日 (火)		10月22日 (水)		10月23日 (木)		10月24日 (金)		10月27日 (月)	
献立名	コッペパン(スライス) 牛乳 フランクフルトのオイル焼き チャウダー イタリアンサラダ		クファージュシー 牛乳 大豆とごぼうのメンチカツ コーンサラダ スティックチーズ		担々麺 牛乳 春巻き こんにやくサラダ		わかめ麦御飯 牛乳 鶏肉のから揚げ(2) ABCスープ 醤油フレンチ ガトーショコラ		五目寿司(酢飯) 牛乳 さんまのオレンジ煮 千草和え		御飯 牛乳 揚げ餃子(2) かき玉汁 小松菜とえのきのナムル	
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	コッペパンスライス40g(1・2年生)	57	アルファ化米	45	中華麺(1・2・3年生)	154	わかめ麦御飯	57	酢飯	67	御飯	67
	コッペパンスライス50g(3・4年生)	72	もち米アルファ化米	6	中華麺(4・5・6年生)	198	牛乳(200ml)	206	鶏もも肉	10	牛乳(200ml)	206
	コッペパンスライス60g(5・6年生)	85	鶏もも肉せん切り	22	たけのこ	10			鶏胸肉	10		
	牛乳(200ml)	206	糸昆布	0.8	にら	5	鶏もも切身皮なし(酒醤油にんにく)25g	50	人参	10	餃子27g	54
			人参	6	もやし	12			生竹輪	10		
	フランクフルト40g 米油	40 0.5	長ねぎ	5	長ねぎ	10	馬鈴薯澱粉	5	油揚げ	6	米油	6
			油揚げ	6	人参	5	米油	7	(冷凍)グリーンピース	4		
	玉ねぎ じゃが芋 人参 鶏胸肉皮なし 鶏もも肉皮なし 牛乳 ホワイトルウ 脱脂粉乳 粉チーズ 塩 白こしょう 米油	30 30 10 5 30 8 3 2 0.6 0.03 0.5	塩	1.2	豚もも挽肉	5	アルファベットマカロニ	5	干椎茸スライス	1	(冷凍)液卵	20
			濃口醤油	0.6	豚肩挽肉	5			たけのこ	6		
			水	1.6	根生姜	0.5	白菜	20	清酒	1	(冷凍)豆腐	20
			牛乳(200ml)	206	にんにく	0.2	人参	12	上白糖	3	人参	8
					干椎茸スライス	0.3	玉ねぎ	15	濃口醤油	5.5	鶏胸肉	5
			大豆とごぼうのメンチカツ40g 米油	40 5	赤味噌	15	粗挽ウインナー(カット)	10	水	25	鶏もも肉	5
					濃口醤油	3.2	バラペーコン	3	牛乳(200ml)	206	長ねぎ	5
			キャベツ	35	豆板醤	0.08	(冷凍)グリーンピース	3			濃口醤油	3.2
					ごま油	0.3	濃口醤油	1	さんまのオレンジ煮45g	45	塩	0.7
			ホールコーン	12	白こしょう	0.03	塩	0.7			かつお削り節パック(だし用)	2
			人参	5	白ねりごま	2	白こしょう	0.03	キャベツ ほうれん草 ホールコーン 人参 米サラダ油 濃口醤油	25 20 8 5 2 2.5	馬鈴薯澱粉	0.5
			きゅうり	10	鶏がら	4	鶏がらスープの素	0.2			小松菜	25
	キャベツ きゅうり 人参 イタリアンドレッシング(ボトル)	40 8 10 5	濃口醤油	2.5	牛乳(200ml)	206	キャベツ	40			キャベツ	15
			米サラダ油	2			きゅうり	10			人参	8
			スティックチーズ10g 【アレルギー対応】味付け小いわし(ごまなし)5g	10 5	春巻40g 米油	40 5	人参	6			(冷蔵)えのきたけ	9
							米サラダ油	2.5			濃口醤油	2
					大根 サラダ用こんにやく 人参 きゅうり ホールコーン 玉ねぎドレッシング(ボトル)	15 10 8 10 10 5	濃口醤油	2.5			ごま油	1.3
							ガトーショコラ30g	30			塩	0.1
											白こしょう	0.01

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目【卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ】を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。

※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。

日	10月28日 (火)		10月29日 (水)		10月30日 (木)		10月31日 (金)					
献立名	★御飯 牛乳 豚肉の生姜焼き 味噌汁 もやしのサラダ		★肉丼(御飯) 牛乳 酢の物 みかん		ライスボールパン 牛乳 チリコンカン ポテトサラダ		御飯 牛乳 あじ磯辺フライ けんちん汁 春雨サラダ					
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	御飯	67	御飯	84.8	ライスボール40g(1・2年生)	67	御飯	67				
	牛乳(200ml)	206	★豚もも肉(酒漬)	30	ライスボール50g(3・4年生)	88						
			★豚肩肉(酒漬)	30	ライスボール60g(5・6年生)	102	牛乳(200ml)	206				
			玉ねぎ	45								
	★豚ロース切身(酒漬)50g	50	白滝	30	牛乳(200ml)	206	あじ磯辺フライ50g	50				
	米油	1	人参	10			米油	6				
	根生姜	0.6	ほうれん草	10	大豆	20	中濃ソース(ボトル)	5				
	濃口醤油	2.5	根生姜	0.5	豚もも挽肉	14						
	本みりん	1.2	本みりん	1	豚肩挽肉	14	じゃが芋	20				
	水	4.5	上白糖	2.5	玉ねぎ	30	大根	15				
			濃口醤油	8.5	人参	8	人参	10				
	じゃが芋	20			にんにく	0.1	ごぼう	7				
	玉ねぎ	8	牛乳(200ml)	206	米油	1	長ねぎ	5				
	油揚げ	6			トマトケチャップ	16	木綿豆腐	25				
	木綿豆腐	20	きゅうり	10	ウスターソース	2	板こんにゃく	10				
	乾燥カッパわかめ	0.5	春雨	5	スープストック	0.5	油揚げ	5				
	白味噌	12	乾燥カッパわかめ	0.5	チリパウダー	0.25	米油	0.4				
	かつお削り節パック(だし用)	1	米酢	3	パプリカ	0.2	濃口醤油	7				
	煮干しパック	2	濃口醤油	3	白こしょう	0.03	塩	0.1				
			上白糖	1.2	水	20	煮干しパック	2				
			塩	0.1			かつお削り節パック(だし用)	0.5				
	もやし	45			(冷蔵)じゃが芋	30						
	小松菜	15			人参	8	春雨	3				
	人参	5	みかん	100	きゅうり	10	キャベツ	30				
	濃口醤油	1.8			玉ねぎ	12	人参	5				
	米サラダ油	1.4			米酢	1	きゅうり	8				
	米酢	1.4			上白糖	0.15	米サラダ油	2				
	上白糖	0.3			塩	0.15	上白糖	0.2				
	塩	0.18			白こしょう	0.03	塩	0.1				
					マヨネーズ(チューブ)	7.5	米酢	2.5				
							濃口醤油	2				

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目[卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ]を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。

※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。