

Bブロック(小学校)

令和 8 年度 10 月分 献立

日	10月 1日 (木)	10月 2日 (金)	10月 5日 (月)	10月 6日 (火)	10月 7日 (水)	10月 8日 (木)
献立名	鶏ごぼう丼(麦御飯) 牛乳 変わり和え ドライプルーン	御飯 牛乳 豚肉の甘辛焼き さつま芋とキャバツの味噌汁 酢の物	五目寿司(麦酢飯) 牛乳 太刀魚フライ マカロニサラダ	★御飯 牛乳 鶏肉の照り焼き 豚汁 もやしのサラダ	ツイストパン 牛乳 チリコンカン クリーミーサラダ みかん	御飯 牛乳 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
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)
	麦御飯	84.8	御飯	67	ツイストパン40g(1・2年生)	61
	鶏もも肉	30			ツイストパン50g(3・4年生)	76
	鶏胸肉	30	牛乳(200ml)	206	ツイストパン60g(5・6年生)	92
	根生姜	0.5				
	玉ねぎ	40	豚ロース切身(酒漬)50g	50	牛乳(200ml)	206
	突こんにゃく	10	米油	1	大豆	20
	人参	10	濃口醤油	3.2	豚もも挽肉	14
	ごぼう	15	上白糖	1.2	豚肩挽肉	14
	(冷凍)枝豆(むき実)	4	にんにく	0.2	玉ねぎ	30
	本みりん	3	水	2	人参	8
	上白糖	2.5	(冷蔵)さつま芋(いちよう切り)	25	にんにく	0.1
	濃口醤油	8	キャバツ	20	米油	1
	米油	0.5	長ねぎ	8	トマトケチャップ	16
	牛乳(200ml)	206	(冷凍)豆腐	15	ウスターソース	2
			油揚げ	4	スープストック	0.5
	もやし	30	白味噌	12	チリパウダー	0.25
	きゅうり	10	かつお削り節パック(だし用)	1	パプリカ	0.2
	人参	15	煮干しパック	2	白こしょう	0.03
	ホールコーン	5			水	20
	ごま油	0.2	きゅうり	10	キャバツ	35
	濃口醤油	2	春雨	5	きゅうり	10
	米サラダ油	2	乾燥カットわかめ	0.5	人参	8
	パックかつお削り節	0.4	米酢	3	米サラダ油	2
			濃口醤油	3	上白糖	0.2
			上白糖	1.2	塩	0.1
			塩	0.1	米酢	2.5
					濃口醤油	2
					スティックチーズ10g	10
					【アレルギー対応】味付けかいわれ(ごまなし)5g	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・麺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。

Bブロック(小学校)

令和 8 年度 10 月分 献立

日	10月9日 (金)	10月13日 (火)	10月14日 (水)	10月15日 (木)	10月16日 (金)	10月19日 (月)
献立名	肉汁うどん 牛乳 大学芋 醤油フレンチ	御飯 牛乳 家常豆腐(ジャーチャンドウフ) マヨネーズサラダ 豆乳プリンタルト	★ねぎ塩豚丼(御飯) 牛乳 切干大根のサラダ	御飯 牛乳 かつおとじゃが芋の甘辛和え 呉汁 変わり浸し	ライスボールパン 牛乳 ミートボール(2) パンネのクリーム煮 コールスロー	★御飯 牛乳 さばの塩焼き じゃが芋のそぼろ煮 即席漬け
材料名及び分量 (一人分のグラム数)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)
	地粉うどん70g(1・2・3年生) 地粉うどん80g(4・5・6年生)	御飯 牛乳(200ml)	御飯 ★豚もも肉(酒漬) ★豚肩肉(酒漬) 長ねぎ	御飯 牛乳(200ml)	ライスボール40g(1・2年生) ライスボール50g(3・4年生) ライスボール60g(5・6年生)	御飯 牛乳(200ml)
	豚肩肉 豚もも肉 長ねぎ 人参 なると 油揚げ 濃口醤油 清酒 上白糖 かつお削り節パック(だし用) 煮干しパック	豚もも挽肉 豚肩挽肉 一口生揚げ たけのこ 人参 干椎茸スライス にら 玉ねぎ にんにく 根生姜 赤味噌 長ねぎ 米油 濃口醤油 上白糖 豆板醤 ごま油 中華用スープストック 馬鈴薯澱粉 水	キャベツ 人参 もやし 小松菜 にんにく 塩 本みりん レモン果汁 馬鈴薯澱粉	かつお角切り(酒生姜醤油漬)澱粉付 (冷蔵)じゃが芋 米油 濃口醤油 上白糖 本みりん 水	ミートボール(ケチャップ味)20g 玉ねぎ じゃが芋 人参 ペンネ 鶏胸肉 (冷凍)グリーンピース 米油 ホワイトルウ 脱脂粉乳 粉チーズ 塩 白こしょう	★さばの文化干し50g 米油 じゃが芋 玉ねぎ 人参 板こんにゃく (冷凍)さやいんげん 鶏胸挽肉 濃口醤油 上白糖 水
	牛乳(200ml)	牛乳(200ml)	牛乳(200ml)	大豆 大根 板こんにゃく ごぼう 長ねぎ 人参 油揚げ 白味噌 煮干しパック	40	40
	(冷蔵)さつま芋(乱切り) 米油 中ざら糖 水 濃口醤油 黒いりごま	米油 濃口醤油 上白糖 豆板醤 ごま油 中華用スープストック 馬鈴薯澱粉 水	切干大根 きゅうり 人参 米サラダ油 濃口醤油	7 15 12 10 10 10 5 11 2	30 35 10 12 24 3 1 6 6 2.5 0.2 0.03	45 15 20 8 16 6.5 3 25
	キャベツ きゅうり 人参 米サラダ油 濃口醤油	キャベツ きゅうり 人参 塩 白こしょう マヨネーズ(チューブ)		キャベツ ほうれん草 人参 もやし 濃口醤油 米サラダ油 ごま油	45 8 2 0.8 0.2 2	45 10 1.2 0.2
		豆乳プリンタルト25g				

※★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・麺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。

Bブロック(小学校)

令和 8 年度 10 月分 献立

日	10月20日 (火)	10月21日 (水)	10月22日 (木)	10月23日 (金)	10月26日 (月)	10月27日 (火)
献立名	コッパパンスライス 牛乳 フランクフルトのケチャップソース ABCスープ ポテトサラダ	味噌ラーメン 牛乳 卵の花コロッケ 和風フレンチ	御飯 抹茶ふりかけ 牛乳 とんかつ いわしのつみれ汁 野菜サラダ	御飯 牛乳 鶏肉と根菜のつくね アイリッシュスープ 枝豆とわかめのサラダ	御飯 牛乳 魚すり身フライ 生揚げの甘酢煮 中華風即席漬け	御飯 牛乳 チキンメンチカツ 豆腐団子と春雨のスープ 千草和え
材料名及び分量(一人分のグラム数)	(g) コッパパンスライス40g(1・2年生) 57 コッパパンスライス50g(3・4年生) 72 コッパパンスライス60g(5・6年生) 85 牛乳(200ml) 206 フランクフルト40g 40 米油 0.5 トマトケチャップ 6 ウスターソース 2.5 水 1 アルファベットマカロニ 5 白菜 20 人参 12 玉ねぎ 15 (冷凍)グリーンピース 3 鶏もも肉 10 鶏胸肉 10 濃口醤油 2 塩 0.7 白こしょう 0.03 鶏がら 7 (冷蔵)じゃが芋 37 人参 10 きゅうり 10 米酢 1 上白糖 0.15 塩 0.15 白こしょう 0.03 マヨネーズ(チューブ) 7.5	(g) 中華麺70g(1・2・3年生) 154 中華麺80g(4・5・6年生) 176 もやし 15 ホールコーン 10 長ねぎ 10 人参 5 豚肩挽肉 4 豚もも挽肉 4 白すりごま 1 根生姜 0.5 干椎茸スライス 0.5 にんにく 0.2 赤味噌 15 濃口醤油 3.2 上白糖 0.8 中華用スープストック 0.5 ごま油 0.3 白こしょう 0.03 鶏がら 4 牛乳(200ml) 206 卵の花コロッケ60g 60 米油 7 ひじき 0.5 キャベツ 35 きゅうり 8 人参 7 米サラダ油 2.5 濃口醤油 3	(g) 御飯 67 昆布と抹茶のふりかけ2.5g 2.5 牛乳(200ml) 206 とんかつ50g 50 米油 6 中濃ソース(ボトル) 5 いわしつみれ 30 大根 12 人参 10 長ねぎ 5 根生姜 0.3 清酒 1 うすくち醤油 2.5 濃口醤油 2.5 かつお削り節パック(だし用) 2 キャベツ 40 きゅうり 10 ホールコーン 10 米サラダ油 2 濃口醤油 3.3	(g) 御飯 67 牛乳(200ml) 206 鶏肉と根菜のつくね50g 50 豚肩肉角切り 25 じゃが芋 30 人参 12 玉ねぎ 20 大麦 8 スープストック 1 ローリエ 0.02 米油 1 塩 0.7 白こしょう 0.03 キャベツ(冷凍)枝豆(むき実) 30 人参 10 乾燥カットわかめ 8 米サラダ油 0.5 濃口醤油 1.6 濃口醤油 2 米酢 1.8 上白糖 0.2 ごま油 0.5 塩 0.1	(g) 御飯 67 牛乳(200ml) 206 魚すり身フライ50g 50 米油 6 一口生揚げ 45 玉ねぎ 22 人参 16 たけのこ 15 豚もも肉 15 にんにく 0.4 (冷凍)さやいんげん 4 干椎茸スライス 0.5 根生姜 0.3 米油 0.6 中華用スープストック 1 上白糖 2 清酒 0.6 本みりん 1.3 濃口醤油 4.5 トマトケチャップ 6 黒酢 1 ナンプラー 0.5 馬鈴薯澱粉 1.2 水 35 キャベツ 40 きゅうり 10 人参 5 ごま油 0.2 塩 0.2 濃口醤油 1.1	(g) 御飯 67 牛乳(200ml) 206 チキンメンチカツ50g 50 米油 6 中濃ソース(ボトル) 5 人参 10 チンゲンサイ 12 豆腐ミートボール 30 春雨 5 濃口醤油 2 清酒 1 塩 0.7 中華用スープストック 0.7 鶏がら 5 キャベツ(冷凍)ほうれん草 25 ホールコーン 20 人参 8 米サラダ油 5 濃口醤油 2 2.5

※★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・麺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。

Bブロック(小学校)

令和 8 年度 10 月分 献立

日	10月28日 (水)	10月29日 (木)	10月30日 (金)			
献立名	御飯 牛乳 照り焼きハンバーグ けんちん汁 ごま醤油和え	カレーライス (麦御飯) 牛乳 フレンチサラダ 柿	麦御飯 牛乳 豆とかぼちゃのコロッケ ごぼうと豚肉の炒め煮 キャベツのサラダ			
材料名及び分量 (一人分のグラム数)	(g) 御飯 67 牛乳(200ml) 206 ハンバーグ50g 50 米油 1 濃口醤油 3 上白糖 1.5 本みりん 1 馬鈴薯澱粉 0.2 水 4 じゃが芋 25 大根 15 人参 10 ごぼう 7 長ねぎ 5 木綿豆腐 25 板こんにゃく 10 油揚げ 5 米油 0.4 濃口醤油 7 塩 0.1 煮干しパック 2 かつお削り節パック(だし用) 0.5 小松菜 20 キャベツ 20 人参 5 白ねりごま 2.5 上白糖 0.7 米サラダ油 1.5 濃口醤油 2.1	(g) 麦御飯 76.8 じゃが芋 35 玉ねぎ 40 人参 15 豚もも肉 15 豚肩肉 15 にんにく 0.2 米油 1 カレールウ 15 粉チーズ 4 プロセスチーズ(ダイス状) 3 トマトケチャップ 2 ウスターソース 2 ガラムマサラ 0.07 牛乳(200ml) 206 キャベツ 40 きゅうり 10 人参 8 フレンチドレッシング(ボトル) 5 柿40g 40	(g) 麦御飯 57 牛乳(200ml) 206 豆とかぼちゃのコロッケ60g 60 米油 7 ごぼう 32 豚もも肉 10 豚肩肉 10 板こんにゃく 12 人参 12 (冷凍)さやいんげん 8 根生姜 0.8 米油 1 清酒 3 上白糖 2 濃口醤油 5 水 17 キャベツ 40 きゅうり 10 人参 8 濃口醤油 3 ごま油 0.3 上白糖 0.3	(g)	(g)	(g)

※★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・麺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。