



10月分予定献立表



羽生市学校給食センター
TEL 048-565-3010

令和7年

日	こんだて名 主食 飲み物 おかず	アレルギー物質 全28品目中	使用材料名			栄養価	
			赤色の食品 体(骨や血や肉)をつくる もとなる	黄色の食品 エネルギー(体や脳が働く)の もとなる	緑色の食品 体の調子を整える もとなる	上段:小 下段:中 エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
1 水	ごはん			ごはん		559	26.1
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				
	ふたキャベじる	大豆 豚肉	豚肉 豆腐 みそ	油 ごま油 里芋	キャベツ 人参 えのきたけ 生姜	711	31.9
	あじのしおこうじやき		あじの塩麹漬				
2 木	もやしとコーンのカレーソテー	豚肉	豚肉	油	もやし 人参 コーン 小松菜		
	くろパン	小麦 大豆		くろパン			
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳			652	23.8
	やさいとたまごのスープ	卵 鶏肉	卵 鶏肉	でん粉	人参 玉ねぎ しめじ ほうれん草	795	28.7
3 金	ミートコロッケ ソース	小麦 乳 大豆 鶏肉 りんご		ミートコロッケ 油			
	ブロccoliとウインナーのマヨいため	大豆 豚肉	ウインナー	油 マヨネーズ風ドレッシング	ブロccoli コーン		
	ごはん			ごはん		592	23.0
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				
十五夜献立	にくだんごともやしのスープ	大豆 鶏肉 豚肉	肉団子		もやし 人参 干し椎茸 小松菜	785	29.5
	チキンナゲット (小2こ、中3こ)	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	チキンナゲット				
	かんてんとキムチのいためもの	豚肉	豚肉	油 ごま油	寒天 白菜キムチ キャベツ		
	ごはん			ごはん		583	21.6
須影小 リクエスト献立	ぎゅうにゅう	乳	牛乳	ひとつずつ よくかんで たべよう!			
	★おつきみだんごじる	大豆 鶏肉	白玉団子		人参 ごぼう 大根 しめじ こんにゃく ほうれん草 ねぎ	742	26.3
	とうふハンバーグ あんかけ	大豆 鶏肉 豚肉	豆腐ハンバーグ	砂糖 でん粉			
	【おつきみゼリー】			お月見ゼリー (みかん)			
7 火	わかめごはん		ジョア				
	【ジョア ストロベリー】	乳					
	なすとかぼちゃのみそじる	大豆	豆腐 みそ		なす かぼちゃ 玉ねぎ 小松菜	584	19.6
	どりのからあげ	鶏肉	鶏肉酒・塩漬	でん粉 油		765	24.4
8 水	★ごぼうサラダ	卵 大豆 ごま			ごぼうサラダ コーン		
	【ちゅうかめん】	小麦		中華種			
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳			579	21.6
	かんとんめんじる	鶏肉 豚肉	豚肉	ごま油 でん粉	人参 玉ねぎ たけのこ にんにく 生姜 きくらげ ほうれん草	735	26.6
9 木	にくまん	小麦 大豆 豚肉	肉まん				
	こまつなとメンマのソテー			油	小松菜 メンマ もやし		
	スライスコッパパン	小麦 大豆		コッパパン			
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳			557	21.9
須影小 リクエスト献立	オニオンスープ	鶏肉 豚肉	フランク	油	玉ねぎ 人参 しめじ パセリ		
	★しろみぎかなフライ	小麦	白身魚(タラ) フライ	油		704	28.0
	タルタルソース	大豆		卵不使用タルタルソース			
	やさいソテー	豚肉	ベーコン	油	人参 キャベツ コーン		
10 金	ごはん			ごはん		613	23.5
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				
	けんちんじる	大豆	豆腐	ごま油 じゃがいも	人参 大根 ごぼう こんにゃく ねぎ	743	26.7
	さばのみそに	さば	さばのみそ煮				
14 火	ほうれんそうとベーコンのいためもの	豚肉	ベーコン	油	ほうれん草 人参 もやし		
	ごはん			ごはん		616	27.6
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				
	あつあげとしめじのみそじる	大豆	厚揚げ みそ		しめじ 人参 ほうれん草	761	33.9
15 水	かぼちゃコロッケ	小麦 大豆		かぼちゃコロッケ 油			
	★やきとりうどんのぐ	大豆 鶏肉	鶏肉	油 砂糖 でん粉	枝豆 生姜		
	チキンライス	鶏肉		チキンライス			
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳			580	19.2
16 木	ようふうさわにわん	鶏肉 豚肉	豚肉 かまぼこ	油	人参 玉ねぎ 大根 えのきたけ		
	スクランブルエッグ	小麦 卵 乳 大豆 鶏肉	スクランブルエッグ				
	トマトケチャップ					743	23.4
	やさいのホットマリネ	りんご		油 オリーブオイル 砂糖	人参 キャベツ コーン		
17 金	バターコッパパン	小麦 乳 大豆		バターコッパパン			
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳			647	25.5
	ポトフ	鶏肉 豚肉	ウインナー	じゃがいも	人参 玉ねぎ セロリ マッシュルーム キャベツ ブロccoli	843	33.3
	グリルチキンカツ ソース	小麦 大豆 鶏肉 りんご	チキンカツ				
20 月	いんげんとコーンのソテー	豚肉	ベーコン	油	いんげん コーン 人参		
	ごはん			ごはん		594	23.0
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				
	★のっぺいじる	鶏肉	鶏肉	油 里芋	れんこん ごぼう 人参 たけのこ 干し椎茸 こんにゃく ねぎ	778	28.9
21 火	かつおかツ	小麦 大豆	かつおかツ	油			
	★ひじきのしぐれに	大豆 豚肉	ひじき 豚肉	油 砂糖	人参 しめじ 生姜 枝豆		
	ごはん			ごはん		616	21.0
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				
22 水	わかめのちゅうかスープ	大豆 鶏肉	わかめ 豆腐 なた		人参 えのきたけ もやし	750	24.8
	はるまき	小麦 大豆 鶏肉		春巻き 油			
	あつあげとぶたにくのみそいため	大豆 鶏肉 豚肉	厚揚げ 豚肉 みそ	ごま油 砂糖 でん粉	にんにく 生姜 人参 玉ねぎ たけのこ 干し椎茸		
	ごはん			ごはん		583	24.2
23 木	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				
	だいこんとツナのみそに	大豆	ツナ 厚揚げ みそ	油 じゃがいも 砂糖	大根 人参 こんにゃく ほうれん草	742	29.4
	あつやきたまご	卵 さば	厚焼き卵				
	こまつなとしめじのびたし	大豆	油揚げ	砂糖	小松菜 しめじ 人参 もやし		
24 金	【ソフトめん】	小麦		ソフトめん		619	28.5
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				
	にくうどんじる	大豆 豚肉	豚肉 油揚げ	油	人参 しめじ ほうれん草 ねぎ 生姜	792	35.5
	ちくわのおちゃあげ(2こ)	小麦	ちくわ	小麦粉 でん粉 油			
物語メニュー①	ちくさいため	鶏肉	ツナ	油	人参 キャベツ もやし コーン 小松菜		
	【ナン】	小麦		ナン			
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳			650	23.0
	ひみつのかきマカレー	小麦 大豆 豚肉 りんご	豚肉 大豆	油 じゃがいも カレールウ レンズ豆	人参 玉ねぎ にんにく トマト りんご	851	29.1
27 月	【アッチとドッチのフルーツポンチ】	もも		サイダー風ゼリー はちみつレモンゼリー	パイナップル みかん もも		
	ごはん			ごはん		650	23.2
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				
	アルファベットスープ	小麦 鶏肉	鶏肉	マカロニ	人参 玉ねぎ キャベツ コーン	832	28.2
鹿児島県 郷土料理献立	ハンバーグ きのこデミグラスソースかけ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ハンバーグ	油 デミグラスソース	マッシュルーム エリンギ 玉ねぎ トマト		
	★ポテトサラダ	大豆		じゃがいも マヨネーズ風ドレッシング	枝豆 コーン		
	ごはん			ごはん		586	23.6
	【ジョア プレーン】	乳	ジョア				
物語メニュー②	さつまいもじる	大豆 鶏肉	鶏肉 豆腐 みそ	さつまいも	人参 こんにゃく 小松菜	763	29.3
	★あじのやくみソースかけ		あじでん粉付き	油 ごま油 砂糖	ねぎ 生姜		
	★さつまずしぐれ	大豆	かまぼこ さつま揚げ	油 砂糖	干し椎茸 人参 たけのこ 枝豆		
	ごはん			ごはん		572	25.1
28 火	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				
	タンダのさんさいなべ	大豆 豚肉	豚肉 豆腐 みそ	油	わらび みずな なめこ 山うど えのきたけ しめじ きくらげ たけのこ 白菜 ねぎ	729	30.9
	「せいのりのもりびと」	鶏肉 りんご	鶏肉酒・塩漬	油 砂糖	玉ねぎ りんご 生姜		
	「せいのりのもりびと」						
29 水	いためナムル	ごま 鶏肉		ごま油 ごま	小松菜 人参 もやし にんにく		
	ごはん			ごはん		633	26.8
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				
	はっほうさい	いか 大豆 鶏肉 豚肉	豚肉 いか 厚揚げ なた	油 ごま油 砂糖 でん粉	人参 玉ねぎ たけのこ 干し椎茸 生姜 白菜 チンゲンサイ	820	33.6
30 木	ポーグシュウマイ(2こ)	小麦 豚肉	ポーグシュウマイ				
	【ヨーグルト】	乳	ヨーグルト				
	こどもパン	小麦 大豆		こどもパン			
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳			607	24.0
31 金	かぼちゃのポタージュ	小麦 乳 鶏肉 豚肉	牛乳 ベーコン チーズ	油 砂糖 ベンジャメルルウ パター	かぼちゃ 玉ねぎ	780	29.9
	メンチカツ	小麦 大豆 豚肉	メンチカツ	油			
	キャベツとウインナーのソテー	豚肉	ウインナー	油	キャベツ 人参 コーン		
	ごはん			ごはん		588	25.1
給食回数22回	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				
	かきたまじる	卵 大豆	卵 豆腐	でん粉	人参 えのきたけ ねぎ	754	30.9
	さわらのさいきょうやき	オレンジ	さわらの西京漬				
	ごもくりごはんのぐ	大豆	油揚げ	くり 油 砂糖	人参 れんこん こんにゃく わらび みずな なめこ 山うど えのきたけ	603	23.7

※ 都合により食材が変更になる場合があります。ご了承ください。
 ※ ★はかみかみメニューです。意識して“よくかんで”食べる日にしましょう！
 ※ ♪の日は、先割れスプーンがつかえます。
 ※ ☺の日は、おわんが2こつきます。
 ※ 【】のものは、学校配送品です。
 ※ 使用材料をすべて載せているわけではありません。アレルギー等ご家庭でも注意していただき、ご不明な点がございましたら学校給食センターまでお問い合わせください。

食物アレルギー対象品目について	原因食物	除去する必要のない調味料・だし・添加物等
鶏卵	卵黄カルシウム	
牛乳	乳糖・乳清成分カルシウム	
小麦	しょうゆ・酢・みそ	
大豆	大豆油・しょうゆ・みそ	
ゴマ	ゴマ油	
魚類	かつおだし・いりこだし・魚しょう	
肉類	エキス	

「学校給食における食物アレルギー対応指針」
(文部科学省 平成27年3月作成)を基に作成

月間平均栄養価	603	23.7
	769	29.2

- 今月の特別献立は
- 6日(月) 十五夜献立
 - 7日(火) 須影小リクエスト献立
 - 10日(金) 目の愛護デー献立
 - 23日(木) 物語メニュー①
 - 27日(月) 鹿児島郷土料理献立
 - 28日(火) 物語メニュー②

給食センターでは給食の写真を毎日更新中です★