

令和7年10月 献立表

ちくさ学校給食センター

日付	献立名	材料名
1(水)	ごはん、さつま芋のクリームスープ、魚の香草フライ、ひじきとれんこんのサラダ、牛乳	七分つき米 / とり胸肉、とり肉、たまねぎ、さつまいも、小松菜、小麦粉、豆乳、食塩、純こしょう、米油 / あじ開き30g、バジル、小麦粉、食塩、純こしょう、パン粉、米油 / ひじき、れんこん、きゅうり、ちりめんじゃこ、ノンエッグマヨネーズ、うすくちしょうゆ / 牛乳
2(木)	ごはん、冬瓜のスープ、鶏と野菜のみそマヨガーリック焼き、切り干し大根のサラダ、牛乳	七分つき米 / とうがん、ぶた肉、塩こうじ、とうふ、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、にんにく、うすくちしょうゆ、食塩、純こしょう、削りぶし、ごま / とり肉、とり肉、酒、小麦粉、まこもたけ、たまねぎ、しいたけ、みそ、濃口しょうゆ、砂糖、ノンエッグマヨネーズ、にんにく、米油 / 切り干し大根、生茎わかめ、まぐろ油づけ、にんじん、小松菜、うすくちしょうゆ、りんご酢、砂糖、ごま / 牛乳
3(金)	ごはん、肉豆腐、いわしのカレーあげ、じゃがいもの塩きんぴら、ぶどう、牛乳	七分つき米 / とうふ、ぶた肉、にんじん、たまねぎ、しめじ、まいたけ、まこもたけ、しょうが、ねぎ、うすくちしょうゆ、食塩、本みりん、砂糖、削りぶし、片栗粉 / いわし、食塩、純カレー粉、小麦粉、米油 / じゃがいも、ピーマン、にんじん、とり肉、酒、食塩、純こしょう、ごま油 / ぶどう / 牛乳
6(月)	ごはん、もずくスープ、チキン南蛮、野菜のツナ和え、お月見ゼリー、牛乳	七分つき米 / もずく、とうふ、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、ねぎ、食塩、純こしょう、うすくちしょうゆ、削りぶし、ごま油 / ブロイラー胸50g切身、食塩、純こしょう、片栗粉、米油、濃口しょうゆ、うすくちしょうゆ、砂糖、米酢、酒、水、ノンエッグマヨネーズ、たまねぎ、パセリ、米油、たまご、レモン、食塩、純こしょう / きゃべつ、もやし、まぐろ油づけ、りんご酢、うすくちしょうゆ、砂糖 / ゼリー / 牛乳
7(火)	ジャンバラヤ、コーンスープ、パリパリにんじゃサラダ、牛乳	七分つき米、ぶた肉、大豆・金時豆・手亡豆・枝豆、たまねぎ、マッシュルーム、チリパウダー、純カレー粉、ケチャップ、トマトピューレ、砂糖、食塩、しょうが、にんにく、米油 / ベーコン、コーンクリーム、たまねぎ、はくさい、にんじん、パセリ、米粉、豆乳、塩こうじ、甘酒、酒かす、食塩、純こしょう、米油 / じゃがいも、にんじん、片栗粉、米油、食塩、きゃべつ、小松菜、うすくちしょうゆ、りんご酢、砂糖、米油 / 牛乳
8(水)	ごはん、カムジャタン、魚の甘酢和え、まこもだけの炒め物、りんご、牛乳	七分つき米 / ぶた肉、酒、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ちんげんさい、うすくちしょうゆ、濃口しょうゆ、コチジャン、砂糖、食塩、しょうが、にんにく、削りぶし / しいら、片栗粉、米油、砂糖、米酢、ケチャップ、うすくちしょうゆ / とり肉、まこもたけ、ピーマン、にんじん、食塩、純こしょう、ごま油 / りんご / 牛乳
9(木)	ごはん、豚肉と厚揚げの味噌炒め、かぼちゃのあんかけ、黒大豆枝豆、牛乳	七分つき米 / ぶた肉、厚揚げ、きゃべつ、もやし、たまねぎ、にんじん、たけのこ、ちんげんさい、しいたけ、みそ、濃口しょうゆ、砂糖、片栗粉、米油 / かぼちゃ、実えんどう、とり肉、うすくちしょうゆ、砂糖、本みりん、水、片栗粉、米油 / 黒大豆枝豆、食塩 / 牛乳
10(金)	栗ごはん、けんちん汁、鯖の松風焼き、野菜の塩麴炒め、牛乳	七分つき米、くり、食塩 / あつあげ、こんにゃく、とうがん、にんじん、ごぼう、えのきたけ、ちくわ、ねぎ、うすくちしょうゆ、酒、本みりん、食塩、ごま油、削りぶし、こんぶ / さば、濃口しょうゆ、みそ、本みりん、砂糖、ごま / きゃべつ、小松菜、ぶた肉、しょうが、にんにく、塩こうじ、うすくちしょうゆ、純こしょう、ごま油 / 牛乳
14(火)	オムライス、きゃべつとじゃがいものスープ煮、ヨーグルト、牛乳	七分つき米、米油、ポークウインナー、たまねぎ、マッシュルーム、にんにく、ケチャップ、ウスターソース、食塩、クローブ(粉)、ナツメグ、米油、卵、ケチャップ / きゃべつ、じゃがいも、たまねぎ、ベーコン、にんじん、しめじ、さやいんげん、ローリエ(葉)、食塩、純こしょう、豚ガラ / ヨーグルト / 牛乳
15(水)	わかめごはん、ばち汁、真珠蒸し、小松菜のオイスターソース炒め、牛乳	七分つき米、わかめ / そうめんバチ、たまねぎ、にんじん、油あげ、とうふ、しいたけ、かまぼこ、ねぎ、うすくちしょうゆ、削りぶし / とり肉、ぶた肉、たまねぎ、たけのこ、しょうが、しょうゆ糀、酒、片栗粉、純こしょう、もち米 / 小松菜、もやし、とり肉、にんにく、オイスターソース、濃口しょうゆ、片栗粉、米油、ごま油 / 牛乳
16(木)	ごはん、まーぼーどうふ、ビーフンサラダ、なし、牛乳	七分つき米 / とうふ、たまねぎ、ぶた肉、たけのこ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、みそ、濃口しょうゆ、砂糖、酒、しょうが、にんにく、トウバンジャン、片栗粉、米油、ごま油 / ビーフン、焼き豚、きゃべつ、きゅうり、ごま、うすくちしょうゆ、米酢、砂糖、米油 / 梨 / 牛乳
17(金)	ごはん、肉じゃが、さわらの幽庵焼き、おひたし、りんご、牛乳	七分つき米 / 牛肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いとこんにゃく、ごぼう天、実えんどう、うすくちしょうゆ、濃口しょうゆ、砂糖、本みりん、米油 / さわら、うすくちしょうゆ、マーマレード、本みりん、片栗粉、水 / 小松菜、もやし、うすくちしょうゆ、かつおぶし / りんご / 牛乳
20(月)	ごはん、まごはやさしいわ味噌汁、れんこんつくね、卵の花炒り、牛乳	七分つき米 / とうふ、わかめ、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、しいたけ、みそ、豆乳、ごま、煮干し / とり肉、ぶた肉、しょうが、れんこん、ひじき、えのきたけ、おから、みそ、うすくちしょうゆ、ノンエッグマヨネーズ、砂糖、米粉、酒 / おから、たまねぎ、とり肉、しょうが、うすくちしょうゆ、こんにゃく、たけのこ、ちくわ、ねぎ、うすくちしょうゆ、本みりん、酒かす、砂糖、米油、こんぶ / 牛乳
21(火)	カツ丼、すのもの、カキ、牛乳	七分つき米、ぶた肉、食塩、純こしょう、小麦粉、パン粉、米油、たまご、ちくわ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、うすくちしょうゆ、砂糖、片栗粉、削りぶし / きゅうり、もやし、わかめ、まぐろ油づけ、うすくちしょうゆ、米酢、砂糖 / かき / 牛乳
22(水)	もちむぎごはん、トックスープ、焼肉、チョレギサラダ、牛乳	七分つき米、もち麦 / トックもち、とり胸肉、たけのこ、たまねぎ、ちんげんさい、にんじん、ねぎ、しょうが、食塩、純こしょう、うすくちしょうゆ、煮干し、ごま油 / 牛肉、ぶた肉、米油、にんにく、白ねぎ、甘酒、濃口しょうゆ、みそ、砂糖、酒、本みりん、片栗粉 / レタス、きゃべつ、にんじん、わかめ、にんにく、レモン、うすくちしょうゆ、食塩、一味唐辛子、砂糖、ごま油、ごま / 牛乳
23(木)	ごはん(85%)、手作りひじきふりかけ、きつねうどん、ゆで豚サラダ、牛乳	七分つき米 / ひじき、ごま、しそごはんのもと、濃口しょうゆ、砂糖、本みりん / うどん、かまぼこ、にんじん、しいたけ、かぶ、かぶ(葉)、とり胸肉、ねぎ、うすくちしょうゆ、削りぶし、油あげ、うすくちしょうゆ、砂糖、削りぶし / ぶた肉、きゃべつ、水菜、たまねぎ、うすくちしょうゆ、米酢、砂糖、米油 / 牛乳
24(金)	中華おこわ、もやしスープ、鶏肉のからあげ、糸寒天のサラダ、牛乳	七分つき米、もち米、ごま油、ぶた肉、酒、しょうが、うすくちしょうゆ、砂糖、たけのこ、しめじ、むき枝豆、濃口しょうゆ / とうふ、たまねぎ、もやし、にんじん、えのきたけ、ねぎ、うすくちしょうゆ、食塩、純こしょう、にんにく、しょうが、ごま、煮干し / 鶏肉胸、とり肉もも、しょうが、うすくちしょうゆ、米粉、米油 / 糸寒天、きゃべつ、小松菜、にんじん、うすくちしょうゆ、食塩、りんご酢、ごま油、砂糖 / 牛乳
27(月)	ごはん、豚肉と白菜のうま煮、さけのしょうゆ糀ソース、大学芋、牛乳	七分つき米 / ぶた肉、ぶた肉、はるさめ、はくさい、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、しいたけ、濃口しょうゆ、うすくちしょうゆ、食塩、鶏ガラ、片栗粉 / さけ、しょうゆ糀、本みりん、酒、砂糖、片栗粉、水 / さつまいも、米油、うすくちしょうゆ、砂糖、ごま / 牛乳
28(火)	秋野菜カレーライス、こまつなサラダ、みつめ、牛乳	七分つき米、ぶた肉、塩こうじ、たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、さつまいも、まいたけ、しめじ、りんご、しょうが、にんにく、ケチャップ、ウスターソース、みそ、甘酒、酒かす、米粉、純カレー粉、食塩、パプリカパウダー、米油 / 小松菜、きゃべつ、まぐろ油づけ、大根、とうもろこし、りんご酢、うすくちしょうゆ、砂糖 / りんご、黄桃、もも・みかん・なし、野菜入りゼリー、黒豆 / 牛乳

令和7年10月 献立表

ちくさ学校給食センター

日付	献立名	材料名
29(水)	ごはん,炊き合わせ,鯛の梅しそ揚げ,和風サラダ,牛乳	七分つき米 / とり肉,じゃがいも,こんにゃく,厚揚げ,たまねぎ,にんじん,ごぼう天,実えんどう,うすくちしょうゆ,本みりん,砂糖,削りぶし,こんぶ / たい,食塩,しそごはんのもと,小麦粉,米油 / きゃべつ,水菜,切り干し大根,ひじき,ちりめんじゃこ,油あげ,ごま,ゆず,米酢,うすくちしょうゆ,砂糖 / 牛乳
30(木)	ハンバーガーパンズ,トマトスープ,和風ハンバーグ,きゃべつのソテー,みかん,牛乳	まあるいパン(70g),まあるいパン(90g) / とり肉,塩こうじ,トマト,たまねぎ,かぶ,じゃがいも,にんじん,かぶ(葉),にんにく,しょうが,甘酒,酒かす,食塩,純こしょう,パプリカパウダー,ローリエ(葉),米油 / 牛肉,ぶた肉,たまねぎ,おから,片栗粉,食塩,純こしょう,ナツメグ,米油,濃口しょうゆ,砂糖,本みりん,片栗粉,水 / きゃべつ,にんじん,ベーコン,食塩,純こしょう,米油 / みかん / 牛乳
31(金)	ごはん,パンプキンスープ,鶏肉のマスタードしょうゆソース,マカロニサラダ,牛乳	七分つき米 / かぼちゃ,ぶた肉,塩こうじ,じゃがいも,たまねぎ,にんじん,マッシュルーム,パセリ,豆乳,甘酒,酒かす,米粉,食塩,純こしょう,米油 / ブロイラー胸50g切身,食塩,砂糖,純こしょう,ノンエッグマヨネーズ,米粉,米油,うすくちしょうゆ,粒マスタード,砂糖,レモン,片栗粉,水 / マカロニ,きゅうり,レタス,小松菜,まぐろ油づけ,ノンエッグマヨネーズ,食塩 / 牛乳