

※10月の学校給食費の納付期限(口座振替日)は、10月31日です。

(Ⅱ地区)

ひ に ち	よう び	こんだてめい	ざいりょう			エネルギー kcal
			おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体をつくるもとになる食品	おもに体の調子を整えるもとになる食品	たんぱく質 g
1	火	たてわりコッペパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		600 27.3
		しろいんげんまめのポターージュ	じゃがいも しろいんげんまめ なまクリーム	ベーコン ぎゅうにゅう チーズ	たまねぎ とうもろこし いんげん	
		スティックドッグ ケチャップ		スティックドッグ		
		やさいソテー	あぶら		ピーマン にんじん キャベツ	
2	水	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ むぎ	ぎゅうにゅう		643 23.2
		きしめんじる	きしめん	とりにく	たまねぎ こまつな しいたけ ふかねぎ	
		イカのかりんあげ	さとう あぶら でんぶん	イカ		
		きりほしだいこんのサラダ	さとう あぶら ごま		だいこん きゅうり にんじん	
3	木	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		636 24.3
		かきたまじる	でんぶん	たまご とうふ はんぺん	たまねぎ にんじん チンゲンサイ	
		にくだんごのあまずいため	あぶら さとう	にくだんご	たまねぎ にんじん えだまめ しめじ	
		ミニようなしゼリー	ゼリー			
4	金	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		603 23.6
		とりごぼろじる		とりにく あつあげ	ごぼう にんじん しいたけ こんにやく こねぎ	
		サンマゆずみそに		サンマゆずみそに		
		ごまあえ	さとう ごま		キャベツ きゅうり もやし	
7	月	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		639 23.9
		うまに	さとう じゃがいも	とりにく あげかまぼこ	たまねぎ にんじん こんにやく いんげん	
		やしししゃも		ししゃも		
		たかなそぼろ	さとう ごまあぶら	ぶたにく	たかなづけ ゆでほしだいこん しょうが	
8	火	レーズンパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		628 24.7
		クリームシチュー	じゃがいも こむぎこ あぶら パター なまクリーム	とりにく ぎゅうにゅう チーズ	たまねぎ にんじん ブロッコリー	
		えだまめサラダ	あぶら さとう		えだまめ きゅうり キャベツ とうもろこし	
9	水	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		605 24.0
		ヒカド	さつまいも でんぶん	とりにく	だいこん にんじん こねぎ しいたけ	
		ながさきてんぶら	こむぎこ さとう あぶら	ホキ たまご		
		そくせきづけ			キャベツ きゅうり にんじん	
10	木	おやこどん	こめ さとう でんぶん	とりにく たまご	たまねぎ にんじん ふかねぎ しいたけ えのきたけ	601 25.7
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		カリポリアーモンド	くろざとう アーモンド	だいにく にぼし		
		ゆかりあえ			キャベツ にんじん あかしそ	
11	金	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ むぎ	ぎゅうにゅう		649 25.2
		さつまじる	じゃがいも	あつあげ とりにく みそ	ごぼう にんじん ふかねぎ こんにやく	
		ぶたにくのさんしょくいため	でんぶん あぶら さとう	ぶたにく	たまねぎ ピーマン にんじん しょうが	
15	火	コッペパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		597 28.5
		ポテトスープ	じゃがいも	とりにく	たまねぎ にんじん こまつな	
		カップオムレツ	あぶら	たまご ぶたにく スキムミルク	たまねぎ マッシュルーム えだまめ	
		ミニトマト いちごジャム	ジャム		ミニトマト	
16	水	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		646 25.4
		すましじる		とうふ はんぺん	たまねぎ えのきたけ こねぎ	
		とりにくのからあげ	でんぶん あぶら	とりにく	しょうが	
		ほうれんそうのごまあえ	ごま さとう		ほうれんそう もやし にんじん	
17	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ むぎ	ぎゅうにゅう		666 24.7
		みそしる	じゃがいも	あぶらあげ わかめ みそ	たまねぎ にんじん えのきたけ ふかねぎ	
		サバのスパイシーあげ	こむぎこ でんぶん あぶら	サバ	レモン	
		ながよそぼろ	さとう あぶら	ぶたにく	ごぼう つきこんにやく しいたけ もやし たけのこ	
18	金	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		664 26.0
		ジャーチャンどうふ	あぶら さとう でんぶん	ぶたにく あつあげ みそ	たまねぎ たけのこ にんじん ふかねぎ しいたけ しょうが	
		パンサンスー	はるさめ さとう ごまあぶら		きゅうり にんじん もやし とうもろこし	
21	月	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ むぎ	ぎゅうにゅう		611 23.8
		はるさめスープ	はるさめ	つくね	キャベツ たまねぎ にんじん チンゲンサイ しいたけ	
		すぶた	さとう でんぶん あぶら ごまあぶら	ぶたにく	にんじん ピーマン たけのこ たまねぎ	
22	火	こめコパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		601 27.6
		ポークビーンズ	じゃがいも あぶら	だいにく ぶたにく	たまねぎ にんじん トマト	
		アーモンドサラダ	さとう アーモンド あぶら		きゅうり にんじん とうもろこし	
		りんご			りんご	
23	水	あきのかおりごはん	こめ くり さとう	あぶらあげ	にんじん しめじ えだまめ しいたけ	610 25.1
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
		のっぺいじる	じゃがいも でんぶん	とりにく	だいこん こんにやく しいたけ ふかねぎ	
		さかなのやさいあんかけ	でんぶん あぶら さとう	アジ	たまねぎ ピーマン にんじん	
24	木	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		649 25.2
		にくじゃが	じゃがいも さとう あぶら	ぶたにく	たまねぎ にんじん いんげん こんにやく	
		なっとうみそ	さとう あぶら ごま	ぶたにく なっとう みそ	しょうが こねぎ	
		しおもみきゅうり			きゅうり	
25	金	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		614 22.5
		やさいわん	でんぶん	ちくわ	たけのこ ごぼう はくさい にんじん こまつな	
		チキンカツ	こむぎこ パンこ あぶら	とりにく たまご		
		キャベツのソースいため	あぶら		キャベツ にんじん	
28	月	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ むぎ	ぎゅうにゅう		604 25.3
		ワンタンスープ	ワンタン ごまあぶら	とりにく	たまねぎ にんじん もやし しょうが きくらげ	
		やきにく	あぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう みそ	キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン りんご	
29	火	はちみつパン ぎゅうにゅう	パン	ぎゅうにゅう		600 24.4
		たまごスープ	でんぶん	たまご ベーコン	たまねぎ こまつな とうもろこし	
		きのこのクリームペンネ	ペンネ なまクリーム あぶら こめこ	とりにく ぎゅうにゅう	エリンギ しめじ たまねぎ パセリ にんじん	
		みかん			みかん	
30	水	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		626 24.8
		ぶたじる	じゃがいも	ぶたにく あつあげ みそ	たまねぎ だいこん にんじん ごぼう ふかねぎ	
		クロダイすりみフライ	あぶら	クロダイすりみフライ		
		くきわかめのきんぴら	あぶら さとう ごま	とりにく くきわかめ	にんじん いんげん こんにやく	
31	木	ごはん ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		609 22.4
		ちくげんに	じゃがいも さとう あぶら	とりにく あげかまぼこ	たけのこ にんじん ごぼう こんにやく	
		キビナゴカリカリフライ	あぶら	キビナゴカリカリフライ		
		もやしとらのいためもの	あぶら	ぶたにく	もやし には	

※都合により献立内容を変更することがあります。

(令和6年10月 大村市教育委員会)