令和7年10月

給食献立表

川崎町学校給食センター

日付 曜日	献立名 （ 主食・主菜・副菜・汁物 ）	牛乳	使われている食品と体内での主な働き 赤の食品 （血や肉や骨になる）		緑の食品 （体の調子をととのえる）		黄色の食品 （熱や力のもとになる）	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
1 (水)	ごはん とりにくの塩麹ねぎ焼き　切干大根の炒り煮 さといものみそ汁	☆	とりにく ぶたにく てんぷら みそ	わかめ ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	ねぎ レモン えのき にんにく しいたけ きりぼしだいこん えだまめ　たまねぎ	こめ きょうかまい さとう さといも	あぶら
2 (木)	ライ麦コッペパン さつまいもとしめじのシチュー もやしとコーンのソテー　梨(川崎町原口さん)	☆	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	たまねぎ しめじ もやし コーン えだまめ なし	ライむぎパン じゃがいも さつまいも	なまクリーム あぶら
3 (金)	ごはん さんまかぼすレモン煮　小松菜のじゃこ和え 汁椀	☆	さんま ぶたにく	しらすぼし ぎゅうにゅう	こまつな にんじん ねぎ	もやし ごぼう えのき たけのこ いとこんにゃく しいたけ	こめ きょうかまい さとう	
6 (月)	ごはん さばのホイル焼き　ブロッコリーのおかか和え ☆白玉だんご汁 よくかんで たべましょう　十五夜	☆	さば かつおぶし つきみかまぼこ	ぎゅうにゅう	ブロッコリー にんじん	だいこん えのき はくさい	こめ きょうかまい さとう しらたまもち	
7 (火)	ココア揚げパン ポテトチーズサラダ ミネストローネ	☆	しろいんげんまめ ツナ ベーコン	チーズ ぎゅうにゅう	にんじん トマト	キャベツ たまねぎ セロリ にんにく	コッペパン さとう じゃがいも マカロニ	ココア　あぶら エッグケアマヨネーズ オリーブオイル
8 (水)	麦ごはん バンバンジーサラダ 大根と厚揚げのそぼろ煮　☆まんてん大豆 かみかみデー	☆	とりささみ ぶたにく あつあげ だいず	ぎゅうにゅう	にんじん	きゅうり もやし だいこん グリンピース しょうが	こめ きょうかまい おおむぎ さとう　でんぷん	すりごま ごまあぶら
9 (木)	テーブルロール あさりの和風スパゲッティ ブロッコリーとカリフラワーのサラダ ☆ブルーベリーゼリー 10月10日は 目の愛護デー	☆	あさり とりにく あぶらあげ	やきのり ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう ねぎ ブロッコリー	たまねぎ えのき カリフラワー	テーブルロール スパゲッティ さとう ブルーベリーゼリー	あぶら イタリアンドレッシング
10 (金)	ごはん 卵焼き　ひじきのカレー炒め わかめのみそ汁	☆	たまご　ちくわ あぶらあげ とうふ みそ	めひじき わかめ ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	えだまめ たまねぎ えのき	こめ きょうかまい さとう	あぶら ごま
13 (月)	スポーツの日							
14 (火)	ポークカレーライス(雑穀ごはん・カレールウ) フルーツカクテル	☆	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ グリンピース にんにく みかん もも パイン	こめ きょうかまい ざっこくミックス じゃがいも ゼリー	あぶら
15 (水)	ごはん あじの南蛮漬け 秋野菜の煮物	☆	あじ とりにく	ぎゅうにゅう	ピーマン にんじん いんげん	たまねぎ ごぼう れんこん こんにゃく しめじ	こめ きょうかまい さとう さといも	あぶら
16 (木)	ミルクコッペパン 白身魚のバジル焼き　キャロットサラダ 野菜とベーコンのスープ煮	☆	ホキ ツナ ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	にんにく コーン たまねぎ はくさい しめじ	ミルクパン パンぷん じゃがいも	エッグケアマヨネーズ オリーブオイル
17 (金)	ガパオライス(ごはん・具) 春雨スープ　ぶどうゼリー タイの料理	☆	ぶたにく とりミンチ 大豆	ぎゅうにゅう	ピーマン にんじん こまつな	にんにく たまねぎ えだまめ レモン もやし	こめ きょうかまい さとう はるさめ ぶどうゼリー	あぶら
20 (月)	ごはん 回鍋肉 肉団子とはくさいのスープ	☆	ぶたにく みそ ミートボール	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン ほうれんそう	キャベツ たまねぎ しいたけ しょうが はくさい きくらげ	こめ きょうかまい さとう	ごまあぶら
21 (火)	ピタパン チリコンカン ABCマカロニスープ　みかんジュース	☆	ぎゅうにく ぶたにく だいず とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ にんにく はくさい みかんジュース	ピタパン さとう パンぷん じゃがいも マカロニ	オリーブオイル
22 (水)	シシリアンライス (ごはん・お肉・ゆで野菜・マヨネーズ) わかめと卵のスープ 佐賀県の料理	☆	ぎゅうにく たまご とうふ	わかめ ぎゅうにゅう	あかピーマン きピーマン にんじん ねぎ	たまねぎ しょうが にんにく キャベツ しいたけ	こめ きょうかまい さとう でんぷん	あぶら エッグケアマヨネーズ ごまあぶら
23 (木)	ごはん 鶏のからあげ　れんこんのきんぴら 小松菜のみそ汁	☆	とりにく ぶたにく とうふ　みそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	にんにく れんこん いとこんにゃく たまねぎ　えのき	こめ きょうかまい でんぷん さとう	あぶら ごまあぶら
24 (金)	キムチごはん ほうれんそうの磯辺和え ビーフンスープ	☆	ぶたにく とりにく	しらすぼし やきのり ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう チンゲンさい	しょうが にんにく もやし たまねぎ きくらげ	こめ きょうかまい さとう ビーフン	キムチ ごま ごまあぶら エッグケアマヨネーズ
27 (月)	ごはん 麻婆豆腐 しらすとチーズのサラダ	☆	ぶたにく とうふ みそ	しらすぼし チーズ ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ ねぎ しいたけ にんにく しょうが キャベツ きゅうり	こめ きょうかまい さとう でんぷん	あぶら ごま ごまあぶら
28 (火)	減塩食パン　黒豆きなこクリーム 肉うどん ひよこ豆の和風サラダ	☆	ぎゅうにく かまぼこ ツナ ひよこまめ かつおぶし	こんぶ ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ もやし	しょくパン うどん さとう	くろまめきなこ あぶら
29 (水)	ハヤシライス(麦ごはん・ルウ) キャベツのレモンサラダ	☆	ぶたにく ロースハム	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ しめじ グリンピース にんにく キャベツ コーン	こめ きょうかまい おおむぎ	あぶら
30 (木)	チーズバーガー(横割り丸パン・てりやきハンバーグ・チーズ) ごぼうサラダ かぼちゃの豆乳ポタージュ	☆	ハンバーグ ツナ ベーコン とうにゅう	スライスチーズ ぎゅうにゅう	にんじん かぼちゃ	ごぼう えだまめ たまねぎ	コッペパン さとう でんぷん さつまいも	ごま ドレッシング
31 (金)	カレーピラフ おからコロッケ ラビオリスープ　かぼちゃムース ハロウィン	☆	ぶたにく おから	かぼちゃムース ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ グリンピース はくさい	こめ きょうかまい さとう コロッケ ラビオリ	あぶら

材料等の都合により献立がかわることがあります。

地産地消　今月の川崎町の食材　・・・　ピーマン、きゅうり、こまつな、梨、みそ