

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 鶏肉の塩麹ねぎ焼き 切干大根の炒り煮 さといものみそ汁	☆	鶏肉 豚肉 大豆	若布 牛乳	人参 ねぎ	ねぎ レモン えのき にんにく しいたけ 干切大根 枝豆 たまねぎ	米 強化米 砂糖 里いも	油
2 (木)	ライ麦コッパン 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)	☆	鶏肉	ベーコン 牛乳	人参 ほうれん草	たまねぎ しめじ もやし コーン 枝豆 梨	ライ麦パン じゃがいも さつまいも	生クリーム 油
3 (金)	ごはん さんまかぼすレモン煮 小松菜のじゃこ和え 粥煮碗	☆	さんま 豚肉	白す干 牛乳	小松菜 人参 ねぎ	もやし ごぼう えのき たけのこ 糸こんにゃく しいたけ	米 強化米 砂糖	
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	☆	さば かつお節 月見かまぼこ	牛乳	ブロッコリー 人参	大根 えのき 白菜	米 強化米 砂糖 白玉餅	
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	☆	白インゲン豆 ツナ ベーコン	チーズ 牛乳	人参 トマト	キャベツ たまねぎ セロリ にんにく	コッパン 砂糖 じゃがいも マカロニ	ココア 油 エッグケアマヨネーズ オリーブオイル
8 (水)	ごはん パンパンジーサラダ 大根と厚揚げのそぼろ煮 ☆まんてん大豆	☆	とりささみ 豚肉 厚揚げ まんてん大豆	牛乳	人参	きゅうり もやし 大根 グリーンピース しょうが	米 強化米 大麦 砂糖 でん粉	すりごま ごま油
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	☆	あさり 鶏肉 油揚げ	焼のり 牛乳	人参 ほうれん草 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 砂糖 ブルーベリーゼリー	油 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	☆	卵 竹輪 油揚げ 豆腐 みそ	芽ひじき 若布 牛乳	人参 ねぎ	枝豆 たまねぎ えのき	米 強化米 砂糖	油 ごま
13 (月)	スポーツの日							
14 (火)	ボークカレーライス(雑穀ごはん・カレールウ) フルーツカクテル	☆	豚肉	牛乳	人参	たまねぎ グリーンピース にんにく みかん もも バイン	米 強化米 雑穀ミックス じゃがいも ゼリー	油
15 (水)	ごはん あじの南蛮漬け 秋野菜の煮物	☆	あじ 鶏肉	牛乳	ピーマン 人参 いんげん	たまねぎ ごぼう れんこん こんにゃく しめじ	米 強化米 砂糖 里いも	油
16 (木)	ミルクコッパン 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	牛乳	人参	にんにく コーン たまねぎ 白菜 しめじ	ミルクパン パン粉 じゃがいも	エッグケアマヨネーズ オリーブオイル
17 (金)	ガバオライス(ごはん・真) 春雨スープ ぶどうゼリー	☆	豚肉 鶏ミンチ 大豆	牛乳	ピーマン 人参 小松菜	にんにく たまねぎ 枝豆 レモン もやし	米 強化米 砂糖 春雨 ぶどうゼリー	油
20 (月)	ごはん 肉団子と白菜のスープ	☆	豚肉 みそ ミートボール	牛乳	人参 ピーマン ほうれん草	キャベツ たまねぎ しいたけ しょうが はくさい きくらげ	米 強化米 砂糖	ごま油
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	☆	牛肉 豚肉 大豆 鶏肉	牛乳	人参	たまねぎ にんにく はくさい みかんジュース	ピタパン 砂糖 パン粉 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	☆	牛肉 卵 豆腐	若布 牛乳	赤ピーマン 黄ピーマン 人参 ねぎ	たまねぎ しょうが にんにく キャベツ しいたけ	米 強化米 砂糖 でん粉	油 エッグケアマヨネーズ ごま油
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	☆	鶏肉 豚肉 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	人参 小松菜	にんにく れんこん 糸こんにゃく たまねぎ えのき	米 強化米 でん粉 砂糖	油 ごま油
24 (金)	キムチごはん ほうれん草の磯辺和え ビーフンスープ	☆	豚肉 鶏肉	白す干 焼のり 牛乳	人参 ほうれん草 チンゲン菜	しょうが にんにく もやし たまねぎ きくらげ	米 強化米 砂糖 ビーフン	キムチ ごま ごま油 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	☆	豚肉 豆腐 みそ	白す干 チーズ 牛乳	人参	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	米 強化米 砂糖 でん粉	油 ごま ごま油
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	☆	牛肉 かまぼこ ツナ ひよこ豆 かつお節	昆布 牛乳	人参 ねぎ	たまねぎ キャベツ もやし	減塩食パン うどん 砂糖	黒豆きなこ 油
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	☆	豚肉 ロースハム	牛乳	人参	たまねぎ しめじ グリーンピース にんにく キャベツ コーン	米 強化米 大麦	油
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 無調整豆乳	スライスチーズ 牛乳	人参 かぼちゃ	ごぼう 枝豆 たまねぎ	コッパン 砂糖 でん粉 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	☆	豚肉 おから	かぼちゃムース 牛乳	人参 小松菜	たまねぎ グリーンピース 白菜	米 強化米 砂糖 コロッケ ラビオリ	油

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