

令和8年10月

きゅうしょくこんだてひょう



小学校

川崎町学校給食センター

日付 曜日	献立名 (主・主・副・汁) 川崎町の梨	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 (木)	ライ麦コッパン さつまいもときのこのシチュー もやしとコーンのソテー 川崎町の梨	☆	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 さつまいも	なまクリーム バター あぶら
2 (金)	ごはん ホキ大玉揚げ 切干大根の炒り煮 里芋のみそ汁	☆	ホキ ぶたにく さつまあげ とうふ みそ	わかめ ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	せんざりだいこん しいたけ えだまめ たまねぎ えのき	こめ きょうかまい さとう さといも	あぶら
5 (月)	ハヤシライス【麦ごはん・ルウ】 ポテトチーズサラダ	☆	ぎゅうにく しろいんげん ツナ	チーズ ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ しめじ グリーンピース にんにく キャベツ	こめ きょうかまい おむぎ じゃがいも	あぶら エッグケアマヨ ネーズ
6 (火)	ワンローフパン いちじくジャム ササミカツ ☆ごぼうサラダ ミネストローネ	☆	ささみ ツナ ぶたにく だいず	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	ごぼう えだまめ たまねぎ キャベツ セロリ にんにく	ワンローフパン いちじくジャム じゃがいも マカロニ さとう	あぶら ごま ドレッシング オリーブオイル
7 (水)	ごはん さんまかぼすレモン煮 小松菜のじゃこ和え 豆腐のみそ汁	☆	さんま とうふ あぶらあげ みそ	しらすばし ぎゅうにゅう	こまつな にんじん はだいこん	もやし たまねぎ	こめ きょうかまい さとう さつまいも	
8 (木)	ミルクロールパン あさりの和風スパゲッティ キャベツのレモンサラダ	☆	あさり とりにく あぶらあげ コースハム	やきのり ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう ねぎ	たまねぎ えのき キャベツ コーン	ミルクパン スパゲッティ さとう	あぶら
9 (金)	麦ごはん バンバンジーサラダ 大根と厚揚げのそぼろ煮 ☆ブルーベリーゼリー	☆	ささみ ぶたにく あつあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	きゅうり もやし だいこん えだまめ しょうが	こめ さとう きょうかまい おむぎ でんぱん ブルーベリーゼリー	ごまあぶら すりごま
12 (月)	スポーツの日							
13 (火)	黒糖コッパン ハンバーグ照焼ソース ブロッコリーとカリフラワーのサラダ マカロニスープ	☆	ハンバーグ とりにく	ぎゅうにゅう	ブロッコリー にんじん こまつな	カリフラワー たまねぎ はくさい	こくどうパン さとう でんぱん マカロニ	イタリアンド レッシング
14 (水)	☆ガパオライス【ごはん・ガパオライスの具】 クイツィオのスープ	☆	ぶたにく とりにく だいず とりにく	ぎゅうにゅう	ピーマン にんじん チンゲンサイ	にんにく たまねぎ えだまめ レモン もやし きくらげ ねぎ しょうが	こめ きょうかまい さとう ピーマン	あぶら
15 (木)	フィッシュバーガー【横割り丸パン ・あじフライ・ソース・ポイルキャベツ】 かぼちゃポタージュ 冷凍みかん	☆	あじフライ ベーコン	チーズ ぎゅうにゅう	かぼちゃ にんじん	キャベツ たまねぎ みかん	コッパン	あぶら なまクリーム
16 (金)	ごはん 県産野菜の卵焼き ひじきのカレー炒め 秋野菜の豚汁	☆	たまご とうふ ぶたにく みそ ちくわ だいず あぶらあげ	めひじき ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	えだまめ ごぼう だいこん しいたけ しょうが	こめ きょうかまい さとう さつまいも	あぶら ごま
19 (月)	ごはん ★博多和牛のサイコロステーキ 中華スープ	☆	はかたわぎ う	ぎゅうにゅう	にんじん にら	たまねぎ もやし きくらげ たけのこ しょうが	こめ きょうかまい	
20 (火)	ごはん ジャージャン豆腐 しらすとチーズのサラダ	☆	あつあげ ぶたにく みそ	しらすばし チーズ ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	たけのこ たまねぎ しいたけ しょうが にんにく キャベツ きゅうり	こめ きょうかまい さとう でんぱん	ごま ごまあぶら
21 (水)	ごはん とりのからあげ 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 いとこんにやく たまねぎ えのき	こめ きょうかまい でんぱん さとう	あぶら ごまあぶら
22 (木)	ミルクコッパン 白身魚のパン粉焼き キャロットサラダ 野菜とウィンナーのスープ煮 みかんジュース	☆	ホキ ツナ ウインナー	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	コーン キャベツ しめじ みかんジュース	ミルクパン パン じゃがいも	エッグケアマヨ ネーズ
23 (金)	キムチごはん キャベツののり和え 白菜のそぼろ汁 梨のゼリー	☆	ぶたにく とりにく とうふ	しらすばし やきのり ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう ねぎ	しょうが にんにく キャベツ はくさい だいこん しいたけ	こめ さとう きょうかまい でんぱん なしゼリー	キムチ ごま ごまあぶら エッグケアマヨ ネーズ
26 (月)	ごはん 回鍋肉 鶏だんごの春雨スープ	☆	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 しょうが もやし	こめ きょうかまい さとう はるさめ	ごまあぶら
27 (火)	ポークカレーライス【雑穀ごはん・ポークカレー】 フルーツカクテル	☆	ぶたにく レンズまめ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ えだまめ にんにく みかん もも バイン	こめ ゼリー きょうかまい ざつこくミックス じゃがいも	あぶら
28 (水)	シシリアンライス【ごはん・具・サラダ・マヨネーズ】 わかめと卵のスープ	☆	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 でんぱん	あぶら エッグケアマヨ ネーズ ごまあぶら
29 (木)	減量食パン 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 かつおがし	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	げんえんしょく パン うどん さとう	くろまめきなこ あぶら
30 (金)	チキンライス おからコロッケ コーンスープ かぼちゃムース	☆	とりにく ウインナー おからコロッケ	ぎゅうにゅう かぼちゃムース	にんじん かぼちゃ	たまねぎ しめじ グリーンピース コーン	こめ きょうかまい さとう	オリーブオイル あぶら なまクリーム

☆博多和牛が登場します☆

福岡県の事業により、博多和牛を給食で味わうことができます！詳しくは、裏面の食育だよりを読んでね。

地産地消

材料等の都合により献立が変わることがあります。

きゅうり・キャベツ・小松菜・梨・ピーマン・米・みそ