

令和8年度 10月分 小学校給食予定献立表(〇〇小学校Aコース)						鴻巣市教育委員会
日曜	献立名	食 品 の 種 類				エネルギー
		エネルギーのもとになる(黄)	体をつくるもとになる(赤)	体の調子を整えるもとになる(緑)	調味料	たんぱく質
1木	牛乳		牛乳			673
	麦ごはん	米 大麦				
	カレー	油 バター 小麦粉 ジャがいも	豚肉 スkimミルク	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん すりおろしりんご 炒め玉ねぎ	カレー粉 スープストック ケチャップ ウスターソース こしょう 塩	21.0
	秋あじフルーツポンチ	ぶどうゼリー りんごゼリー		パイナップル 和梨缶 こんにゃくダイスレモン		12%
2金	牛乳		牛乳			630
	はちみつパン	はちみつパン				
	焼きうどん	うどん 油	豚肉 なたと 油揚げ かつお節	玉ねぎ にんじん キャベツ	しょうゆ 塩 こしょう	22.9
	いかメンチ	油	いかメンチ			
5月	ほうれんそうサラダ			ほうれんそう キャベツ にんじん コーン缶		15%
	牛乳		牛乳		ドレッシング	
	ビビンバ風炊き込みご飯	米 大麦 油 砂糖 ごま ごま油	豚肉 みそ	にんじん にら だいずもやし もやし	しょうゆ コチュジャン 豆板醤 塩 酒	593
	しょうろんぼう(低1こ・高2こ)		しょうろんぼう			23.9
6火	だいにんとしめじの中華スープ		鶏肉 豆腐	にんじん だいこん しめじ ねぎ	中華だし 塩	16%
	くだもの			くだもの		
	牛乳		牛乳			677
	ホット中華めん	ホット中華めん				
7水	野菜ラーメンスープ	油 ごま	豚肉	にんにく にんじん にら キャベツ もやし しなちく 干しいたけ ねぎ	とんこつ 中華だし 塩 こしょう	21.6
	キャラメルポテト	さつまいも 油 バター 砂糖	生クリーム		塩	13%
	牛乳		牛乳			640
	ごはん	米				
8木	さばのみそ煮	砂糖	さば みそ	しょうが ねぎ	しょうゆ みりん 酒	25.5
	もやしとほうれんそうのおひたし			ほうれんそう もやし		
	のついで汁(新潟県の郷土料理)	油 さといも 片栗粉	鶏肉	にんじん だいこん ねぎ こんにゃく	しょうゆ 塩 かつおさばだし	16%
	牛乳		牛乳			616
9金	食パン	食パン				
	ブルーベリージャム	ブルーベリージャム				
	鶏肉とマカロニのグラタン	マカロニ 油 ベシャメルソース	鶏肉 牛乳 スkimミルク チーズ	玉ねぎ	白ワイン 塩 こしょう	25.6
	ポイルブロッコリー			ブロッコリー	塩	17%
10火	コンソメスープ	ジャがいも	ベーコン	にんじん 玉ねぎ キャベツ パセリ	コンソメ 塩 こしょう	
	牛乳		牛乳			604
	麦ごはん	米 大麦				
	マーボーなす丼の具	油 砂糖 片栗粉 ごま油	豚肉 大豆ミート みそ	なす 玉ねぎ にんじん しょうが にんにく ねぎ ビーマン	豆板醤 しょうゆ 酒 中華だし 塩 こしょう	26.9
11水	チンゲンサイの卵スープ	片栗粉	鶏肉 卵 豆腐	にんじん えのきたけ チンゲンサイ	中華だし 塩 酒	18%
	牛乳		牛乳			602
	地粉うどん	地粉うどん				
	わかめうどん汁		鶏肉 なたと わかめ	にんじん 干しいたけ ねぎ ごまつな	かつおだし うすくちしょうゆ みりん 昆布茶 塩	23.1
12火	お好み焼き	小麦粉 油	卵 ベーコン かつお節 あおのり	キャベツ 玉ねぎ	塩 中濃ソース	15%
	くだもの			くだもの		
13木	牛乳		牛乳			617
	さつまいもごはん	米 さつまいも 油 ごま			しょうゆ 塩	
	鶏肉の塩こうじ焼き		鶏肉		塩こうじ 酒 みりん	24.8
	豚汁	油	豚肉 豆腐 みそ	玉ねぎ にんじん だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく	かつおさばだし	16%
14金	【市民の日記念献立】					596
	牛乳		牛乳			
	麦ごはん	米 大麦				
	このすけ花火の具 鶏そぼろ	油 砂糖	鶏肉 大豆ミート	にんじん 干しいたけ しょうが	酒 しょうゆ	23.9
15木	錦糸卵とかまぼこ		錦糸卵 かまぼこ			
	ほうれんそう	ごま ごま油		ほうれんそう もやし	しょうゆ	
	川幅ゆばのすまし汁	花魁	ゆば	ごまつな にんじん だいこん ねぎ	うすくちしょうゆ 塩 かつおさばだし みりん	16%
	梨ゼリー	梨ゼリー				
16金	牛乳		牛乳			611
	こどもパンスライス	こどもパン				
	このすけコロケ	ポテトペースト 油 小麦粉 パン粉	豚肉 スkimミルク	玉ねぎ	塩 こしょう 中濃ソース	22.0
	ポイルキャベツ			キャベツ	塩	
17土	ミネストレマゼリソット	大麦 オリーブオイル	ベーコン あさり	玉ねぎ にんじん ビーマン セロリ トマト缶 にんにく	スープストック 塩 こしょう	14%

日曜	献立名	食 品 の 種 類				エネルギー
		エネルギーのもとになる(黄)	体をつくるもとになる(赤)	体の調子を整えるもとになる(緑)	調味料	たんぱく質
19月	牛乳		牛乳			633
	肉もつそ(香川県の郷土料理)	米 大麦 砂糖 油	豚肉 豆腐	えのきたけ ごぼう こんにゃく にんじん えだまめ	しょうゆ 酒	
	厚焼き卵		厚焼き卵			26.9
	うちこみ汁(香川県の郷土料理)	うどん ジャがいも	鶏肉 油揚げ みそ	だいこん にんじん 干しいたけ こねぎ	かつおさばだし 塩	17%
20火	くだもの			くだもの		
	牛乳		牛乳			639
	ごはん	米				
	さんまの竜田揚げ	油	さんまの竜田揚げ			
21水	さといものそぼろ煮	さといも 油 砂糖 片栗粉	鶏肉 大豆ミート	しょうが	酒 しょうゆ	25.1
	だいこんのみそ汁		豆腐 みそ	だいこん ごまつな	かつおさばだし	16%
	牛乳		牛乳			617
	スイートポテトトースト	食パン 焼きいもペースト バター グラニュー糖	牛乳			
22木	ポークビーンズ	ジャがいも 油 砂糖	豚肉 大豆	玉ねぎ にんじん しめじ にんにく トマト缶	ケチャップ ウスターソース スープストック 塩 こしょう 赤ワイン パプリカ粉	24.5
	わかめサラダ		わかめ	きゅうり コーン缶 サラダこんにゃく	ドレッシング	16%
	牛乳		牛乳			621
	麦ごはん	米 大麦				
23金	キム玉丼の具	砂糖 ごま油 片栗粉	豚肉 卵	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん はくさいキムチ にら ねぎ	しょうゆ 酒	25.4
	春雨スープ	春雨 ごま	鶏肉 豆腐	にんじん ねぎ えのきたけ チンゲンサイ	中華だし 塩 酒	16%
	くだもの			くだもの		
	牛乳		牛乳			635
24土	ホット中華めん	ホット中華めん				
	富山ブラックラーメンスープ	ごま油	豚肉	キャベツ にんじん ねぎ しなちく	とんこつ 鶏ガラ 中華だし しょうゆ 黒こしょう	22.4
	もやしときゅうりのナムル			もやし にんじん きゅうり	ドレッシング	
	りんごのマフィン	小麦粉 バター グラニュー糖 はちみつ	卵 ヨーグルト	りんご缶 すりおろしりんご	ベーキングパウダー	14%
25日	牛乳		牛乳			600
	ナン	ナン				
	秋野菜のドライカレー	油 小麦粉 バター	豚肉 ひよこ豆	にんにく しょうが 玉ねぎ にんじん なす ピーマン トマト缶	こしょう 塩 ケチャップ コンソメ ウスターソース 赤ワイン カレー粉 デミグラスソース しょうゆ	24.9
	コールスローサラダ			キャベツ にんじん コーン缶	ドレッシング	17%
26月	牛乳		牛乳			600
	ごはん	米				
	鮭のもみじ焼き	ノンエッグマヨネーズ	鮭	にんじんペースト	こしょう	
	れんこんのきんぴら	ごま 油 ごま油 砂糖		れんこん にんじん さやいんげん	しょうゆ 酒	27.4
27火	どさんこ汁	油 ジャがいも バター	豚肉 豆腐 みそ	玉ねぎ にんじん にら コーン缶	かつおさばだし	18%
	牛乳		牛乳			700
	セルフあんパン	ごまパン				
	手作りあんこ	砂糖	あずき		塩	
28水	チキンナゲット(低1こ・高2こ)		チキンナゲット			28.5
	ポトフ	ジャがいも	ウインナー 豚肉	にんじん 玉ねぎ キャベツ パセリ	コンソメ 塩 こしょう 白ワイン	16%
29木	牛乳		牛乳			637
	ごはん	米				
	みそカツ(愛知県の郷土料理)	油 砂糖	豚カツ みそ		みりん しょうゆ	
	うま塩キャベツ	ごま油 ごま	のり	キャベツ きゅうり にんじん にんにく	塩 昆布茶 黒こしょう	23.1
30金	けんちん汁	さといも 油	鶏肉 豆腐	にんじん だいこん ねぎ こんにゃく	かつおさばだし しょうゆ	15%
	飲料		各校飲料			593
	チキンライス	米 大麦 油	鶏肉	にんじん 玉ねぎ ビーマン	スープストック 塩 ケチャップ 酒	
	わかさぎフリッター(2こ)	油	わかさぎフリッター			18.7
31土	パンブキンスープ	ジャがいも 油 ホワイトウ	ベーコン 牛乳 生クリーム	玉ねぎ かぼちゃペースト パセリ	スープストック 塩 こしょう	13%
	はしは毎日 忘れずに持ってきてましよう	給食回数 21回	学校給食摂取基準 エネルギー 650 kcal たんぱく質 摂取エネルギーの13～20%	10月平均摂取量 625 kcal 24.2g(15.5%)		
	* 材料入荷の都合により変更になることがあります。アレルギー食品については表示していませんが、加工食品等で使用されている場合がありますのでご注意ください。 【肉・青果等の産地(令和8年度9月分)】使用した主な食材の産地をお知らせします。なお、市内小学校で共同購入する食材は市ホームページをご覧ください。 豚肉: 鶏肉: にんじん: 玉ねぎ: ジャがいも: トマト: なす: とうがん: チンゲンサイ: きゅうり: しめじ: 梨:					
	10月15日(木)は「市民の日記念献立」です。 10月1日の「市民の日」にちなんだ献立です。秋の風物詩の花火大会を給食でも楽しめよう、ごはんの上きれいな花火が咲くように三色の具を盛り付ける「このすけ花火」、花のまちこのすけや日本一で有名な川幅をイメージし、花のお麩やゆばを浮かべた「川幅ゆばのすまし汁」、デザートは、栽培が盛んな梨にちなんで「梨ゼリー」を提供します。市の歴史を振り返り、愛着と誇りをもち、自分や鴻巣市の将来を思い描く日となるように実施しています。					

