

令和8年度 10月分 小学校給食予定献立表(〇〇小学校B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		バイン缶 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%
					ドレッシング	
	牛乳		牛乳			593
	ピ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	23.9
6 火	しょうろんぼう(低1こ・高2こ)		しょうろんぼう			16%
	だいこ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 くだもの	中華だし 塩	
	くだもの					
	牛乳		牛乳			677
7 水	ホット中華めん	ホット中華めん				
	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%
8 木	【市民の日記念献立】					596
	牛乳		牛乳			
	麦ごはん	米 大麦				
	このすけ花火井の具 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
9 金	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 うすくちしょうゆ 塩 かつおさばだし みりん	16%
	川幅ゆばのすまし汁	花麩	ゆば	こまつな にんじん だいこん ねぎ		
	梨ゼリー	梨ゼリー				
10 土	牛乳		牛乳			616
	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 ベシヤメルソース	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
11 日	ポイルブロッコリー			ブロッコリー	塩	17%
	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			640
	ごはん	米				
12 月	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	しょうゆ	16%
	のっぺい汁(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	
13 火	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 こまつな	かつおだし うすくちしょうゆ みりん 昆布茶 塩	23.1
	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%
14 水	くだもの			くだもの		
	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
15 木	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%
	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 ピーマン	豆板醤 しょうゆ 酒 中華だし 塩 こしょう	26.9
16 金	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			611
	こどもパンスライス	こどもパン				
	このすコロッケ	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
17 土	ポイルキャベツ			キャベツ	塩	
	ミネステ麦麦リゾット	大麦 オリーブオイル	ベーコン あさり	玉ねぎ にんじん ピーマン 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 じゃがいも	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 こまつな	かつおさばだし	16%
	牛乳		牛乳			700
	セルフあんパン ごまパン 手作りあんこ	ごまパン 砂糖	あずき		塩	
22木	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	じゃがいも	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%
	牛乳		牛乳			621
	麦ごはん	米 大麦				
23金	キム玉井の具	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 鶏がら 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	14%
	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	
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				
	鮭のみじり焼き	ノンエッグマヨネーズ	鮭	にんじんペースト	こしょう	
	れんごんのきんぴら	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 じゃがいも 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			617
	スイーツポテトtoast	食パン 焼きいもペースト バター グラニュー糖	牛乳			
	ポークビーンズ	じゃがいも 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
28水	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			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	
29木	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
	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 ピーマン	スープストック 塩 ケチャップ 酒	
30金	わかさぎフリッター(2こ)	油	わかさぎフリッター			18.7
	パンブキンスープ	じゃがいも 油 ホワイトルウ	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 忘れずに持ってきましょう		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: じゃがいも: 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7日(水)は「市民の日記念献立」です。						
10月1日の「市民の日」にちなんで献立です。秋の風物詩の花火大会を給食でも楽しめるよう、ごはんの上にきれいな花火が咲くように三色の具を盛り付ける「このすけ花火丼」、花のまちこのす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。						
						

