

[令和6年度10月小学校給食予定献立表]

桶川市教育委員会 (桶川市立日谷小学校)

日	献立名	牛乳	おもにエネルギーのもとになる食品 (きいろ)	おもに体をつくるもとになる食品 (あか)	おもに体の調子を整えるもとになる食品 (みどり)	たんぱく質	
1 火	黒パン		黒パン			614 kcal	
	ミネソタ麦粥ソット	○	おおむぎ じゃがいも オリーブ油	ウインナー あさり	玉ねぎ にんじん ビーマン セロリー カットトマト にんにく	23.2 g	
	ツナサラダ		マヨネーズ (卵不使用) なたね油	まぐろ油づけ	コーン 玉ねぎ きゅうり にんじん キャベツ		
	果物				りんご		
2 水	ごはん		精米 おおむぎ			690 kcal	
	ぶり大根	○	なたね油 こんにやく 砂糖 でんぷん	ぶり	だいこん ねぎ しょうが	26.6 g	
	異沢山みそ汁		じゃがいも	わかめ とうふ 油あげ みそ	にんじん コーン		
3 木	クリームソースパグティ (スパゲティ)	○	小麦粉 バター なたね油	とり肉 えび 牛乳 スキムミルク 生クリーム	マッシュルーム 玉ねぎ にんじん エリンギ ぶなしめじ パセリ	620 kcal	
	カラフルサラダ		なたね油 砂糖		きゅうり コーン キャベツ 赤ビーマン	27.1 g	
4 金	みそだれやき肉丼	○	なたね油 砂糖 でんぷん	ぶた肉 みそ	にんにく しょうが にんじん 玉ねぎ こまつな エリンギ りょくとうもやし	629 kcal	
	(ごはん)		精米 おおむぎ			27.7 g	
	キャベツスープ		なたね油	鶏ささみチャック	玉ねぎ キャベツ にんじん		
7 月	なめし		精米 おおむぎ ごま	ちりめんじゃこ	なめしのもと	663 kcal	
	ししゃもフリッター	○	なたね油	ししゃもフリッター		26.6 g	
	じぶに		すだれふ 砂糖 でんぷん	とり肉	干しいたけ にんじん たけのこ ぶなしめじ こまつな		
	みそ汁			とうふ わかめ みそ	玉ねぎ		
8 火	チャーハン		精米 おおむぎ なたね油	やきぶた ირითამაგო	にんじん 干しいたけ ねぎ	606 kcal	
	あげしゅうまい	○	なたね油	ポークしゅうまい		22.9 g	
	青菜とコーンのソテー		なたね油	おさかなソーセージ	ほうれんそう コーン キャベツ にんじん		
	チーズ			チーズ			
9 水	ごはん		精米 おおむぎ			607 kcal	
	じゃーじゃんどうふ	○	砂糖 なたね油 でんぷん	ぶた肉 あつあげ みそ	にんじん キャベツ ねぎ 干しいたけ たけのこ しょうが にんにく ビーマン	23.4 g	
	ワントンスープ			ワントン	りょくとうもやし 玉ねぎ にんじん こまつな		
10 木	そぼろ丼 (ごはん)	○	なたね油 砂糖	とり肉 油あげ	ごぼう にんじん 玉ねぎ	649 kcal	
	くきわかめスープ		精米 おおむぎ			25.8 g	
	ブルーベリーゼリー		ごま油	くきわかめ かまぼこ	玉ねぎ いら		
	ブルーベリーゼリー		砂糖 ナタデココ	かんてん	ブルーベリーソース		
11 金	五目うどん (じごなうどん)	○	砂糖	ぶた肉 油あげ	にんじん ねぎ 干しいたけ ほうれんそう	615 kcal	
	キャラメルポテト		地粉うどん			19.8 g	
	こんにやくサラダ		さつまいも なたね油 三温糖 バター	生クリーム			
15 火	シュガートースト		こんにやく 小麦粉 砂糖	海草ミックス	りょくとうもやし コーン 玉ねぎ にんにく	660 kcal	
	野菜のスープに	○	食パン グラニュー糖 マーガリン	とり肉 野菜ミックスボール	にんじん 玉ねぎ キャベツ さやいんげん	25.8 g	
	ヨーグルト		じゃがいも	ヨーグルト			
	ごはん		精米 おおむぎ				
16 水	みそチキンカツ	○	なたね油 砂糖 ごま ごまペースト	チキンカツ みそ 八丁みそ		604 kcal	
	磯香あえ		なたね油	のり	こまつな りょくとうもやし	20.6 g	
	ずまし汁		ふ	わかめ	だいこん にんじん ねぎ		
	しょうゆラーメン		なたね油	ぶた肉 わかめ なた	にんじん ねぎ コーン キャベツ にんにく	604 kcal	
17 木	(ちゅうかめん)	○	ちゅうかめん			21.2 g	
	いらともやしのナムル		ごま ごま油 ラー油		いら りょくとうもやし		
	ざくざくりんごケーキ		米粉 砂糖 なたね油	豆乳	りんご レモン果汁		
	カブがけ(おから)の揚げ		バター なたね油 小麦粉	とり肉 えび あさり 牛乳 チーズ スキムミルク	玉ねぎ マッシュルーム パセリ	662 kcal	
18 金	(ターメリックライス)	○	精米 おおむぎ バター			26.1 g	
	ビーンズサラダ		なたね油 砂糖	大豆	キャベツ きゅうり コーン		
	小松菜がたみそ丼 (ごはん)	○	砂糖 でんぷん ごま油	ぶた肉 みそ	しょうが にんにく こまつな りょくとうもやし にんじん 干しいたけ	596 kcal	
22 火	春雨スープ		精米 おおむぎ			22.2 g	
	コッペパン		はるさめ	チキンハム くきわかめ	玉ねぎ にんじん いら	586 kcal	
	富士宮やきそば	○	コッペパン			19.3 g	
23 水	大根サラダ		なたね油 ちゅうかめん	ぶた肉 いわしパウダー	キャベツ 玉ねぎ にんじん		
	ごはん		マヨネーズ (卵不使用) なたね油		だいこん コーン きゅうり にんじん	619 kcal	
	さんまのかばやき	○	精米 おおむぎ			20.6 g	
	あさづけ		なたね油 砂糖 ごま	さんまの開きでんぷんつき			
24 木	みそ汁		じゃがいも	油あげ わかめ みそ	キャベツ きゅうり にんじん		
	ごま汁うどん (じごなうどん)	○	砂糖 ごま ごまペースト	とり肉 油あげ みそ	にんじん 干しいたけ ほうれんそう ねぎ しょうが	669 kcal	
	やきメンチカツ		地粉うどん			27.8 g	
	おかかいため			メンチカツ			
25 金	コーンピラフ		なたね油	かつお節	にんじん りょくとうもやし キャベツ	637 kcal	
	チキンこんがりやき	○	精米 おおむぎ バター なたね油		にんじん 玉ねぎ コーン	25.5 g	
	たまねぎドレッシングサラダ		マヨネーズ (卵不使用) パン粉 コーンフレーク	とり肉 チーズ			
28 月	カレーライス		なたね油 砂糖	キャベツ きゅうり コーン	キャベツ にんじん きゅうり しょうが 玉ねぎ	731 kcal	
	(ライス)	○	じゃがいも なたね油 小麦粉	ぶた肉	玉ねぎ しょうが にんにく にんじん トマトビュール	20.1 g	
	フルーツポンチ		精米 おおむぎ				
29 火	ガバオライス	○	きよほうゼリー	パイナップル(缶) おうとう(缶) りんご(缶) みかん(缶)		696 kcal	
	(ライス)		なたね油 砂糖 ごま油	とり肉 いらたまご	パザルペースト 玉ねぎ ビーマン 赤ビーマン	28.7 g	
	パンキンスープ	○	精米 おおむぎ				
30 水	いも栗ごはん		バター 米粉	牛乳 スキムミルク 生クリーム	玉ねぎ かぼちゃ かぼちゃペースト	645 kcal	
	やき魚	○	精米 もち米 くり さつまいも ごま			23.3 g	
	おひたし		なたね油		きりぼしだいこん こまつな りょくとうもやし にんじん		
	きのこ汁			とうふ みそ	なめこ ぶなしめじ えのきたけ ねぎ		
31 木	子どもパン		子どもパン			577 kcal	
	セレクトフライ	○	なたね油	チキンカツ コロッケ		21.8 g	
	キャベツのサラダ		なたね油 砂糖		キャベツ コーン にんじん		
ミネストローネ		じゃがいも ほしのパスタ 砂糖 オリーブ油	チキンハム	にんじん 玉ねぎ セロリー にんにく カットトマト ビーマン トマトビュール			
* 食中毒防止のため生野菜は控えてあります。						10月分平均摂取栄養量	635 kcal
* 都合により献立および食材を変更することがあります。						給食回数22回	23.9 g
【給食費について】 病氣や事故その他の理由で給食を食べないことが異なされる場合は、学校に給食を止める連絡をお願いします。 給食停止期間が連続5日以上となった場合、その日数により、給食費の返金の対象となる場合があります。						学校給食食事摂取基準	650 kcal
							27.6 g