

10月 学校給食予定献立表

令和6年度 (一志東小学校)

津市立一志学校給食センター

| 日 (曜) | 牛乳 主食 | 献立名 | 食 品 名 | | | | おむに体の調子を整えるものになる食品 (みどり) | |
|----------|----------------|--|----------------------------|------------------------|-------------------------|---------------------------|-----------------------------|--|
| | | | おむにエネルギーのもとになる食品 (糖) | たんぱく質が多い | おむに体をつくるものになる食品 (あか) | 無糖質が多い | | |
| 1 (火) | むぎめし | あつあげのカレーチキンソリ モやしときゅうりの しょうがじょうゆあえ ツチフリかけ | こめ おおむぎ さとう | あぶら ごまあぶら | ぶたにく あつあげ まぐるオイルつけ | きゅううにゅう あおさ | にんじん | たまねぎ キヤベツ ちやし きゅうり しょうが |
| 2 (水) | こくとうパテ | あじのバーナクリル さつまいものバターに あおなととろろのスープ | こくとうパテ さつまいも さとう | あぶら バター | あじぶたにく とろろ | きゅううにゅう | パセリ にんじん チンゲンサイ | たまねぎ |
| 3 (木) | むぎめし | いかのシモンぷろみ ごまつなのごまあえ すましじる | こめ おおむぎ でんぷん | あぶら ごま | いか とろろ | きゅううにゅう | ごまつな ねぎ | レモン ちやし たまねぎ えのきたけ |
| 4 (金) | げんりよう ロールパン | スリゲッターイミートソース だいずサラダ | ロールパン さとう | あぶら | ぶたにく だいず | きゅううにゅう | にんじん | にんにく しょうが たまねぎ キヤベツ |
| 5 (土) | すめし (むぎめし) | まつりずし しるみそしる いっしょくようのり シロモ子くんだんご | こめ おおむぎ さとう | | とりにく あぶらあけ とろろ しるみそ | きゅううにゅう のり わかめ | にんじん ねぎ | ほししいたけ かんぴょう れんこん たまねぎ |
| 6 (日) | こめこいり パテ | ほきのカツツヤき しるいんげんまめのスープ | こめこいりパテ じやがいも | マヨネーズ レタシソング | ほき へーコン しるいんげんまめ | きゅううにゅう わかめ | にんじん ねぎ | たまねぎ クリームコーン キヤベツ |
| 7 (月) | | | | | | | | |
| 8 (火) | むぎめし | サバのしおやき いちに キヤベツのおかかあえ | こめ おおむぎ さとう | あぶら | さば ぎゅううにく かつおぶしけずり | きゅううにゅう | にんじん | ごぼう こんにやく しめじ ねぶたねぎ キヤベツ |
| 9 (水) | ロールパン | さけのソリネ ジュリアンスープ ブルーパーン ブルーパーン | ロールパン でんぷん さとう | あぶら | さけ へーコン | きゅううにゅう | にんじん パセリ | たまねぎ キヤベツ |
| 10 (木) | むぎめし | まこもたけいりホイコーロー たまごスープ | こめ おおむぎ さとう | あぶら ごまあぶら | ぶたにく あかみそ たまご | きゅううにゅう わかめ | にんじん ねぎ | たまねぎ クリームコーン キヤベツ |
| 11 (金) | こめこいり パテ | あきのにぎわいシチュー ロールスロー | こめこいりパテ さつまいも さとう | あぶら バター | とりにく | きゅううにゅう なまぐら | にんじん パセリ | セロリー たまねぎ しめじ キヤベツ コーン |
| 12 (土) | むぎめし | さわらのしるみそやき ひじきのいりに ごまつなときりほしだいこんのあえもの | こめ おおむぎ さとう | あぶら | さわら しるみそ とりにく あぶらあけ | きゅううにゅう ひじき | にんじん | ごぼう いとこんにやく きりほしだいこん ちやし |
| 13 (日) | | | | | | | | |
| 14 (月) | むぎめし | ヨーリンチー ナムルわかめスープ | こめ おおむぎ でんぷん さとう | あぶら ごまあぶら ごま | とりにく | きゅううにゅう わかめ | チンゲンサイ にんじん ねぎ | しょうが ほししいたけ ねぶたねぎ ちやし ほししいたけ たまねぎ |
| 15 (火) | むぎめし | さばのいぢみやき まこもたけのみそしる ごまつあえ | こめ おおむぎ さとう | ごま | さば あつあげ あわせみそ | きゅううにゅう | にんじん ねぎ | まこもたけ キヤベツ ちやし |
| 16 (水) | こめこいり パテ | チリコンカン スイートポテトサラダ | ロールパン さとう | あぶら マヨネーズ レタシソング | ぶたにく きんときまめ | きゅううにゅう | にんじん | セロリー にんにく たまねぎ きゅうり |
| 17 (木) | むぎめし | かつおのからあげ ぶたじる ごろみつけ | こめ おおむぎ でんぷん | あぶら | かつお ぶたにく とろろ みそとみそ | きゅううにゅう | にんじん ねぎ | しょうが ごぼう こんにやく だいこん キヤベツ |
| 18 (金) | こくとうパテ | さけのムニエル だいこんサラダ はくさいスープ | ロールパン さとう | あぶら ごまあぶら | さけ まぐるオイルつけ とろろ | きゅううにゅう | にんじん | だいこん コーン たまねぎ はくさい |
| 19 (土) | むぎめし | とろろのみそかけ にじくじやがはくさいつけ | こめ おおむぎ さとう | あぶら | とろろ あかみそ きゅううにゅう | きゅううにゅう | にんじん | ほししいたけ たまねぎ はくさい |
| 20 (日) | | | | | | | | |
| 21 (月) | むぎめし | カレーうどん れんこんのあえもの みかん | こめ おおむぎ さとう | あぶら | とりにく あぶらあけ まぐるオイルつけ | きゅううにゅう わかめ | にんじん ねぎ | たまねぎ れんこん キヤベツ みかん |
| 22 (火) | むぎめし | やきコロッケ ごまつなのスープ いちごジャム | こめこいりパテ じやがいも いちごジャム | あぶら | きゅううにゅう へーコン | きゅううにゅう | にんじん | たまねぎ |
| 23 (水) | むぎめし | いわしのなんばんづけ ごちくまめ たくあんをあえもの | こめ おおむぎ でんぷん さとう | あぶら | とりにく だいず | きゅううにゅう いわし かくだりこんぶ | ねぎ にんじん ごまつな | しょうが ほししいたけ こんにやく ごぼう キヤベツ たくあんづけ |

※献立は予定献立であり、食材の流通の事情により、変更することがあります。