

献立予定表

2025年10月度

1日(水)	2日(木)	3日(金)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	14日(月)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	20日(月)
麦ごはん	麦ごはん	さつまいもごはん	うどん	玄米ごはん	米粉食パン	麦ごはん	人参じゃこごはん	新米ごはん	麦ごはん	麦ごはん	もち米入りごはん	ラーメン
委託麦飯 169	委託麦飯 169	精白米 58	うどん 200	精白米 63	米粉パン 84	委託麦飯 169	精白米 60	精白米 75	委託麦飯 169	委託麦飯 169	精白米 66	ラーメン 180
牛乳	牛乳	ぶちっとモチ玄米 5.8	牛乳	玄米 11.5	牛乳	牛乳	もち麦 4	水 112	牛乳	牛乳	ぶちっとモチ玄米 6.6	牛乳
牛乳 206	牛乳 206	水 83	牛乳 206	水 109	牛乳 206	牛乳 206	水 96	牛乳 206	牛乳 206	牛乳 206	水 109	牛乳 206
鯖のおろしあんかけ	ハンバーグのきのこソース	さつまいもごま塩	かぼちゃ肉サンドフライ	牛乳	チョコクリーム	瑞浪ポーノポークのバラ焼き	なたね油	牛乳 206	鶏肉の照り焼き	ハヤシチュー	牛乳	鶏肉の唐揚げ
さば 50				牛乳 206	Feパチチョコレート 15		しらす干し 10	厚揚げのそぼろあんかけ	若鶏もも肉おろししょうが	なたね油 0.5	牛乳 206	若鶏もも肉 50
酒 2	ハンバーグ 60	ごま塩 1	カボチャひき肉フライ 60	豚肉のかりん揚げ	鰯のレモンソースかけ	なたね油 0.2	にんじん 20	厚揚げ 55	酒 2.8	赤ワイン 1	納豆 30	おろししょうが 0.8
こいくちしょうゆ 0.5	なたね油 2	牛乳 206	米油 3	豚モモ 50	まあじ 60	にんにく 0.7	和風だしの素 0.8	若鶏むね肉 20	こいくちしょうゆ 0.9	たまねぎ 50	竹輪の磯辺揚げ 酒 1.8	こいくちしょうゆ 1.6
おろししょうが 0.8	ぶなしめじ 2	ささみのレモン風味 2	えだまめ 20	おろししょうが 0.6	白ワイン 2	豚モモ 47	食塩 0.2	おろししょうが 0.6	こいくちしょうゆ 1	水 90	竹輪 20	でんぱん 8
でんぱん 6	干し椎茸 0.8	鶏ささ身 45	食塩 0.1	酒 2	白こしょう 0.01	たまねぎ 43	白こしょう 0.02	酒 0.65	こいくちしょうゆ 1	ソテードオニオン 10	青のり粉 0.1	米油 4
米油 3	えのきたけ 2	酒 2	五目うどんの汁 3	でんぱん 8	米粉 3	りんごピューレ 4	うすくちしょうゆ 0.5	中ざら糖 3	本みりん 2	まいたけ 10	ベーキングパウダー 0.2	中華サラダ
うすくちしょうゆ 1.35	マッシュルーム(水煮) 3	食塩 0.5	厚削り節 3	米油 4	大豆ファイバー 0.5	はちみつ 1.1	牛乳 206	こいくちしょうゆ 2.3	三温糖 1	レンズまめ 5	小麦粉 10	キャベツ 30
本みりん 0.75	チキンブイヨン 0.5	白こしょう 0.02	若鶏もも肉 15	三温糖 2	なたね油 0.2	本みりん 1.2	ホキの甘酢あんかけ 2	でんぱん 12.5	水 6.8	スープストック 1.2	高野豆腐の煮物	チンゲンサイ 20
上白糖 0.75	三温糖 1	でんぱん 6	酒 9	水 8	上白糖 1.2	三温糖 0.3	ホキ 1	土佐酢和え 0.2	食塩 0.2	にんじん 5	ナムルドレッシング 6	
だいこん 13	本みりん 0.7	米粉 3	月見ちらしかまぼこ 15	春雨のサラダ バジル	0.02	コチュジャン 0.6	でんぱん 8	紫キャベツ 3	じゃがいもの煮物 5	白こしょう 0.01	干し椎茸 1	しょうゆラーメンの汁
水 5	酒 1.5	米油 4	たまねぎ 1	はるさめ 3.5	レモン 2.5	プチドリッパ 0.5	米油 2	水 2	水 5	トマトケチャップ 8	水 43	なたね油 0.5
香り and え	水 8	中ざら糖 4	干し椎茸 1	にんじん 6	米酢 2	はりはり and え	こいくちしょうゆ 1.8	きゅうり 2	本みりん 1	チャツネ 1	うすくちしょうゆ 1.5	にんにく 0.5
キャベツ 26	でんぱん 1	レモン 2.5	だいこん 20	こまつな 25	水 2.7	切干しだいこん 2.5	三温糖 2	わかめ 2	和風だしの素 0.3	デミグラスソース 9	三温糖 1.3	焼き豚 8
にんじん 6	おかか and え	水 4	こいくちしょうゆ 7.5	きゅうり 12	コールスロー 1.8	キャベツ 30	穀物酢 2	水 2	中ざら糖 1	ウスターソース 3	本みりん 1.7	厚削り節 2
きゅうり 5	とうもろこし 10	磯 and え	本みりん 2	こいくちしょうゆ 2	穀物酢 2	きゅうり 15	千切だいこん漬 2	でんぱん 0.5	こんにやく 8	こいくちしょうゆ 1	和風だしの素 0.5	水 130
千切だいこん漬 8	にんじん 10	にんじん 10	こまつな 20	ねぎ 8	三温糖 2	マヨネーズ 6	三温糖 0.9	白菜のしのだ and え	たまねぎ 20	米粉 3	凍り豆腐 8	なると 5
かおり粉 0.2	キャベツ 25	キャベツ 30	水 14	水 130	ごま油 1	ポークビーンズ 1.8	油揚げ 5	米酢 3.5	じゃがいも 33	ひじきのサラダ 8	合わせみそ汁 2	とうもろこし 10
豆腐のすまし汁	こいくちしょうゆ 1.5	ほうれんそう 1	本みりん 1	月見団子 40	水 130	なたね油 0.3	本みりん 1.2	寒天入りみそ汁 120	こいくちしょうゆ 2.5	とうもろこし 8	煮干し 2	きくらげ 0.3
水 120	本みりん 0.4	本みりん 2.2	月見団子 40	水 130	豚モモ 15	和風だしの素 0.1	こまつな 10	水 1	さいやいんげん 5	赤こんにやく 5	えのきたけ 5	はくさい 10
厚削り節 2.5	三温糖 0.1	こいくちしょうゆ 0.5	上白糖 0.5	とうもろこし 30	たまねぎ 25	日吉みそ汁 1	うすくちしょうゆ 0.5	えのきたけ 7	煮干し 2.5	ひじき 1.5	たまねぎ 15	こいくちしょうゆ 4.5
たまねぎ 20	和風だしの素 0.5	焼ばらのり 0.3	じゃがいものみそ汁 15	まこも 15	にんじん 10	煮干し 22	水 120	塩こんぶ 0.5	水 130	きゅうり 10	油揚げ 3	本みりん 2
えのきたけ 7	花かつお 0.5	呉汁 4	さいとも 15	たけのこ 10	じゃがいも 22	もやし 90	塩こんぶ 0.5	花かつお 0.5	日吉みそ 8	にんじん 6	合わせみそ 8	シヤンタン 0.7
うすくちしょうゆ 0.2	呉汁 4	さいとも 15	水 120	食塩 0.2	レンズまめ 5	えのきたけ 5	水 120	すまし汁 120	細寒天 1	えのきたけ 6	根タスナック ねぎ 6	食塩 0.1
食塩 4	さいとも 15	水 120	煮干し 2.5	白こしょう 0.01	ひよこまめ 3	ミニ厚揚げ 15	水 120	水 8	こまつな 20	はくさい 10	さつまいも 20	水 120
本みりん 1	だいこん 15	水 120	じゃがいも 25	うすくちしょうゆ 1	大豆 12	日吉みそ 8	厚削り節 3	水 8	ねぎ 8	白みそ 8	大豆 20	
木綿豆腐 20	にんじん 5	水 120	煮干し 2.5	木綿豆腐 15	トマトケチャップ 10	こまつな 10	糸かまぼこ 8	水 120	木綿豆腐 15	木綿豆腐 15	ごぼう 20	
こまつな 10	はくさい 15	ねぎ 7	じゃがいも 25	でんぱん 2	上白糖 1.5	ねぎ 6	えのきたけ 5	水 120	ねぎ 5	米油 2	米粉 3	
	日吉みそ 8	わかめ 0.3	たまねぎ 20	わかめ 0.3	ウスターソース 1.8	わかめ 0.3	たまねぎ 27	りんご 40	りんご 40	ゆかり粉 0.2	米油 2	
	大豆 4.5		えのきたけ 6		スープストック 0.5	果汁グミがどう 0.5	本みりん 1			青のり粉 0.1		
	食塩 0.03		白みそ 8		コンソメスープの素 0.5	果汁グミがどう 12	うすくちしょうゆ 3					
	木綿豆腐 15		ねぎ 7		食塩 0.07		食塩 0.15					
	ねぎ 6		わかめ 0.3		白こしょう 0.01		ねぎ 6					
	煮干し 2.5				カットトマト 20		ブルーベリーゼリー 50					
	水 120				グリーンピース 2							

21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)	2025年 11月度	4日(火)	5日(水)
玄米ごはん	きなこ揚げパン	麦ごはん	新米ごはん	ソフト麺	新米ごはん	麦ごはん	麦ごはん	コーンライス		栗ごはん	麦ごはん
精白米 63	コッパパン 54	委託麦飯 169	精白米 75	ソフトめん 180	精白米 75	委託麦飯 169	委託麦飯 169	精白米 54	れんこんサラダ	精白米 65	委託麦飯 169
玄米 11	米油 6	牛乳	水 112	牛乳	水 112	牛乳	牛乳	おおむぎ 5.4	れんこん 30	ぶちっとモチ玄米 7	牛乳
水 117	きな粉 4	牛乳 206	のり佃煮	牛乳 206	牛乳 206	牛乳 206	牛乳 206	白ワイン 2.3	こまつな 20	水 99	牛乳 206
牛乳	粉糖 3	かつおのあんからめ	のり佃煮 8	ツナトマトソース	牛乳 206	焼きししゃも	ドライカレー	なたね油 0.5	イタリアンドレッシング 6	酒 2	鯖のみそ煮
牛乳 206	上白糖 1.8	かつお 53	牛乳	なたね油 0.1	秋刀魚のかばやき	ししゃも 32	なたね油 0.5	ローズハム 5.5	野菜とベーコンのスープ	酒 1	さばみそ煮 60
鮭の塩焼き	食塩 0.02	うすくちしょうゆ 1	牛乳 206	おろししょうが 0.2	さんま 40	なたね油 0.2	にんにく 1	たまねぎ 18	水 120	三温糖 1	彩り and え
ぎんざけ 50	牛乳	酒 2	厚焼きたまご 60	にんにく 0.2	おろししょうが 0.6	細寒天のかり and え	おろししょうが 1.5	とうもろこし 10	ベーコン 8	食塩 0.05	とうもろこし 5
酒 0.5	牛乳 206	おろししょうが 2	厚焼きたまご 60	たまねぎ 50	酒 1	細寒天 1	牛肉ミンチ 15	食塩 0.25	にんじん 10	くり 30	キャベツ 20
食塩 0.1	ミートボール	でんぱん 8	金平ごぼう	にんじん 25	でんぱん 6	キャベツ 20	豚ももミンチ 30	白こしょう 0.01	たまねぎ 8	本みりん 1	にんじん 5
なたね油 0.5	肉団子 60	米油 4	なたね油 0.3	水 90	米油 4	にんじん 5	たまねぎ 20	スープストック 1	エリンギ 8	牛乳 206	こまつな 10
切り干し大根の煮付け	カットトマト 2	こいくちしょうゆ 2.8	にんじん 10	オイルツナ 15	こいくちしょうゆ 2	千切だいこん漬 2	さつまいも 20	パセリ 0.08	キャベツ 20	牛乳 206	こいくちしょうゆ 1.5
なたね油 0.5	トマトケチャップ 6	こいくちしょうゆ 2.8	にんじん 10	レンズまめ 4	三温糖 2	かおり粉 0.2	まいたけ 10	牛乳 206	はくさい 10	豚肉とごぼうの甘辛 and え	本みりん 1
にんじん 5	ウスターソース 1	水 7.5	赤こんにやく 7	コンソメスープの素 0.35	本みりん 2	親子煮 8	干しぶどう 2	牛乳 206	とうもろこし 10	おろししょうが 0.2	三温糖 0.5
干し椎茸 4	本みりん 1.5	梅風味塩昆布 and え	中ざら糖 1	トマトケチャップ 10	3	なたね油 0.5	なす 10	豚肉のバーベキューソース	コンソメスープの素 1.2	うすくちしょうゆ 0.5	なたね油 0.2
切干しだいこん 1	上白糖 1.5	にんじん 5	和風だしの素 0.1	ウスターソース 7	食塩 0.05	酒 30	カットトマト 10	なたね油 0.5	白こしょう 0.01	酒 1	豚モモ 15
油揚げ 3	水 2	キャベツ 30	水 1.4	白こしょう 0.02	白こしょう 0.02	おから 12	干し椎茸 5	水 70	うすくちしょうゆ 0.8	でんぱん 4.8	酒 1
水 15	豆サラダ	きゅうり 6	白いりごま 0.7	トマトピューレ 14	にんじん 5	にんじん 15	じゃがいも 15	酒 2.6	ハロウィンデザート	ごぼう 15	ごぼう 8
中ざら糖 1.9	キャベツ 27	塩こんぶ 1	白いりごま 0.7	トマトピューレ 14	にんじん 5	にんじん 15	じゃがいも 15	おろししょうが 0.8	パンキンバロア 28	米油 5	たけのこ 8
和風だしの素 0.3	レンズまめ 3	梅昆布茶 0.2	ごま油 0.6	エリンギ 10	干し椎茸 1	干し椎茸 1	はちみつ 0.4	本みりん 1		こいくちしょうゆ 2.5	干し椎茸 1
酒 1	ひよこまめ 3	きざみ梅 0.2	冬瓜のみそ汁 2.5	水 20	油揚げ 3	たまねぎ 40	たまねぎ 40	中ざら糖 2		中ざら糖 2.5	だいこん 15
本みりん 1	黒大豆 0.7	なめこのみそ汁 2.5	煮干し 7	ハヤシルウ 4	水 10	水 10	水 40	食塩 0.05		本みりん 1	水 130
こいくちしょうゆ 2	金時豆 3	えのきたけ 130	とうがん 40	でんぱん 4	和風だしの素 0.25	中ざら糖 2	中ざら糖 2	白こしょう 0.01		穀物酢 1	厚削り節 2.5
さいやいんげん 4	ごまドレッシング 6	水 10	油揚げ 3	こんにやくサラダ 10	酒 1	和風だしの素 0.35	本みりん 1	りんごピューレ 1.5		トウバンジャン 0.01	うすくちしょうゆ 3
のっぺい汁	カレースープ	だいこん 10	油揚げ 3	もやし 10	中ざら糖 2	本みりん 1	凍り豆腐 3	レモン 3		水 4	食塩 0.15
若鶏もも肉 12	なたね油 0.5	なめこ(水煮) 25	合わせみそ 8	パスタ茹薺 18	こいくちしょうゆ 2	うすくちしょうゆ 4	鶏卵 28	海藻サラダ		大根サラダ	ねぎ 7
酒 1	ベーコン 9	はくさい 10	木綿豆腐 20	こんにやく 17	本みりん 1	さやいんげん 3	さやいんげん 4	だいこん 25		だいこん 40	焼きプリンタルト
水 120	にんじん 8	合わせみそ 7	ねぎ 6	赤こんにやく 3	にんじん 4	ねぎ 4	ねぎ 4	きゅうり 10		きゅうり 10	焼きプリンタルト 30
厚削り節 2.5	たまねぎ 10	木綿豆腐 15	わかめ 0.3	にんじん 4	にんじん 4	ねぎ 4	ねぎ 4	海藻ミックス 1.5		とうもろこし 6	
ぶなしめじ 8	水 120	ねぎ 5	水 120	きゅうり 10	たまねぎ汁 6	水 100	厚削り節 3	和風ドレッシング 6		すまし汁	
干し椎茸 0.15	じゃがいも 20	柿 35	ヨーグルト 100	黒砂糖豆 6	大豆 13	だいこん 9	だいこん 9	レタスのスープ		水 120	
食塩 20	だいこん 20	かき 35	ヨーグルト 100	黒砂糖 5	黒砂糖 5	えのきたけ 4	えのきたけ 4	糸かまぼこ 12		厚削り節 3	
さといも 20	レタス 20			水 2	水 2	ごぼう 12	ごぼう 12	たまねぎ 13		糸かまぼこ 8	
うすくちしょうゆ 3	コンソメスープの素 1.2			こんにやく 10	こんにやく 10	こんにやく 10	こんにやく 10	マッシュルーム(水煮) 6		えのきたけ 5	
でんぱん 1.2	食塩 0.07			さつま揚げ 13	さつま揚げ 13	さつま揚げ 13	さつま揚げ 13	鶏ガラスープ 1		たまねぎ 27	
ねぎ 8	白こしょう 0.01			うすくちしょうゆ 3.6	うすくちしょうゆ 3.6	うすくちしょうゆ 3.6	うすくちしょうゆ 3.6	チキンブイヨン 0.7		本みりん 1	
	うすくちしょうゆ 1.2			食塩 0.18	食塩 0.18	食塩 0.18	食塩 0.18	食塩 0.1		うすくちしょうゆ 3	
	カレー粉 0.21			酒 1	酒 1	酒 1	酒 1	白こしょう 0.01		食塩 0.15	
				木綿豆腐 15	木綿豆腐 15	木綿豆腐 15	木綿豆腐 15	レタス 25		こまつな 10	
				おろししょうが 0.6	おろししょうが 0.6	おろししょうが 0.6	おろししょうが 0.6	水 130		ねぎ 6	
				ねぎ 6	ねぎ 6	ねぎ 6	ねぎ 6				

※分量は小学校3・4年生の分量です。小学校1・2年生は表示の0.75倍、小学校5・6年生は1.2倍、中学生は1.3倍の分量になります。