

令和8年10月 献立予定表



市ホームページ
に献立予定表・
詳細献立表を掲
載しています



こんげつ きゅうしよくもくひょう よ しよくじ
今月の給食目標 バランス良く食事をしよう



きゅうしよく まいしよく きゅうにゅう
給食には毎食牛乳がつきます。

げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金
5	6	7	8	9
ごはん みそ汁 ★じゃがいも・なめこ・だいこん・はくさい おろしハンバーグ とりこ・たまねぎ・だいず・はんこ・おろしドレッシング おかか和え はくさい・もやし・にんじん・かつおぶし	ごはん 鶏ごぼう汁 とりこ・とうふ・にんじん・ほししいたけ・★なごねぎ・ごぼう 玉葱コロッケ たまねぎ・かつお・はんこ・にんじん・マヨネーズ 彩りおひたし もやし・にんじん・★こまつな ふりかけ(野菜) ごま・にんじん・だいず・あおさ・のり・かぼちゃ・たまご・まっちゃん・ほうれんそう	バターパン 大豆のつぶつぶスープ ぶたにく・もやし・★つくもだいず・しめじ・コーン アンサンブルエッグ たまご・じゃがいも・たまねぎ・チーズ・ベーコン・ぎゅうにゅう 黒酢サラダ きゅうり・きゅうり・にんじん・とりこ・くろすたまねぎドレッシング	ごはん ピビンパ(具) ぶたにく・にんじん・もやし・★こまつな・★たまねぎ・きりぼしだいこん・たけのこ・いんげん・こうやとうふ・ごま ヨーグルト和え なまクリーム・ヨーグルト・おうとう・はくとう・りんご・みかん	塩野菜ラーメン ぶたにく・もやし・★なごねぎ・にんじん・★たまねぎ・きゅうり・つと 小籠包(1人2ヶ) ぶたにく・とりこ・キャベツ・たまねぎ・たけのこ・はるさめ ミニフィッシュ かたくちいわし
9月～12月はふるさと給食月間です。				
12	13	14	15	16
スポーツの日 給食費の支払い方法 を「児童手当からの引き落とし」にしている方は9日(金)の手当から徴収します。	ごはん 具だくさんみそ汁 とうふ・ほししいたけ・いんげん・とりこ・★だいこん・にんじん・★じゃがいも いわしの梅煮 いわし・うめ ごま和え もやし・★こまつな・★はくさい・ごま	バターパン コーンクリームスープ ★じゃがいも・★たまねぎ・コーン・とりこ・ぎゅうにゅう・バター ハムカツ とりこ・ぶたにく・はんこ・ちゅうのうソース 豆まめサラダ ★つくもだいず・えだまめ・だいず・いんげん・まめ・★きゅうり・きゅうり・ひじき・にんじん・わふうドレッシング	ごはん シーフードカレー いか・ほたて・★じゃがいも・★たまねぎ・にんじん・スキムミルク・バター 温野菜マリネ ★だいこん・にんじん・★きゅうり・★たまねぎ・コーン・★ブロッコリー・イタリアンドレッシング	かしわうどん とりこ・★たまねぎ・★はくさい・★だいこん・にんじん・ほししいたけ 餅いなり もちこ・あぶらあげ カップはちみつレモンゼリー
19	20	21	22	23
♪食育の日♪ ごはん 水餃子のみそスープ にんじん・★なごねぎ・★だいこん・にら・すいぎょうざ(こむぎこ・だいず・ぶたにく・とりこ・きゅうり・なごねぎ) ちくわ磯辺揚げ(小1:中2) ぎょにくすりみ・てんぷらこ・あおさ 肉じゃが ★じゃがいも・ぶたにく・★たまねぎ・にんじん・しらたき	ごはん みそ汁 とうふ・★じゃがいも・★だいこん・わかめ ぶりのめんつゆマヨ焼き ぶり・マヨネーズ 豚肉きんぴら炒め ぶたにく・にんじん・ごぼう・いんげん・ごま	かぼちゃパン ジュリエンスープ ★たまねぎ・にんじん・★きゅうり・ウインナー(とりこ・ぶたにく) チキンオープン焼きチーズ とりこ・はんこ・チーズ・だいず・あかピーマン・パセリ 大根と枝豆のサラダ ★だいこん・えだまめ・ツナ・わふうドレッシング	ごはん みぞれ汁 ★だいこん・にんじん・しめじ・★なごねぎ・あつあげ・だいこんおろし あじフライ あじ・はんこ・ちゅうのうソース うま塩サラダ きゅうり・もやし・とりこ・うましおドレッシング	スタミナ味噌ラーメン ぶたにく・にら・にんじん・もやし・★きゅうり・コーン・★なごねぎ・ごま・つと バナナ コーヒーミルク
26	27	28	29	30
ごはん 塩ちゃんこ汁 とうふ・にんじん・★だいこん・★きゅうり・★たまねぎ さばの生姜煮 さば ぼん酢和え もやし・にんじん・ツナ	ごはん にら玉汁 にら・もやし・★だいこん・★なごねぎ・たまご メンチカツ とりこ・たまねぎ・はんこ・ちゅうのうソース 大豆の磯煮 だいず・にんじん・ひじき・つきこん	バーガーパン かぼちゃ団子シチュー とりこ・★たまねぎ・しめじ・★かぼちゃ・かぼちゃもち・ぎゅうにゅう ケチャップウインナー とりこ・ぶたにく イタリアンサラダ ★きゅうり・★だいこん・イタリアンドレッシング	ごはん みそ汁 わかめ・しめじ・もやし・あぶらあげ ほっけの塩焼き ほっけ 鶏肉とさつま芋の煮物 とりこ・★さつま芋・にんじん・★だいこん	きのこのスープパスタ しめじ・エリンギ・えのき・にんじん・コーン・★ほうれんそう・★たまねぎ・ぶたにく・ウインナー(とりこ・ぶたにく)・バター ミニきな粉揚げパン ライむぎパン・★さとういりきなこ 「つくも4号つくしんぼう会」さんからいただいた、つくも大豆のきな粉(つくもこしょう(九十九キナ子))を使用しています！
1食あたりの予定平均摂取量 小学生(中学年) エネルギー 607kcal たんぱく質 25.9g 脂質 20.6g 食塩相当量 3.4g 中学生 エネルギー 800kcal たんぱく質 32.3g 脂質 24.2g 食塩相当量 4.4g				

こんだて よていひょう おち しょうざいりょう きさい すべ しょうざいりょう しょうさいこんだてひょう きさい
献立予定表には主な食材料を記載しています。全ての食材料は詳細献立表に記載しています。 土別市学校給食センター 23-4195
こんだて よこく へんこう ばあい りょうしょう こんだてよていひょう かくこう じょうきょう でんしか かみ ばいふ
献立は予告なしに変更になる場合がありますのでご了承ください。献立予定表は各校の状況により電子化または紙での配布となります。
しべつし わっさむちょう しょうざい じるし しべつし さん しょう
土別市・和寒町でとれた食材は★印がついています。ごはんには土別市産「なつぽし」を使用しています。



さかなや肉の骨に気をつけて、ゆっくりよくかんで食べましょう。



令和8年度 10月2週 詳細献立予定表

*献立は、材料の都合により、予告しないで一部を変更することがありますのでご了承ください。

*藻類・魚介類はえび・かに・いか・たこ・その他の甲殻類の生息域で採取されています。

*うどん・ラーメン・スパゲティは小麦粉を使用し、製造工場では、そばを製造しています。

*大豆製品（豆腐・油揚げ・生揚げ）・つきこん・白滝・こんにゃくの製造工場では、そばを製造しています。

*パン・委託ご飯の製造工場では、くるみ・オレンジ・ごま・落花生・バナナ・キウイフルーツを使用しています。

*主な食材・調味料に含まれるもの（原材料名の記入を一部省略しています）

日	献立表	食材 下線：特定原材料（9品目）、特定原材料に準ずるもの（20品目）
5 (月)	ごはん 生乳 ①みそ汁 ②おろしハンバーグ ③おかか和え	①じゃが芋・なめこ・大根・白菜 ＜調味料＞鰹節・鯖節・煮干・昆布・みそ（大豆・米） ②ハンバーグ：鶏肉・玉葱・大豆たん白・パン粉（小麦）・小麦粉・生脂・醤油・砂糖・食塩・香辛料・植物油脂・香料（一部に乳成分を含む） コンタミ：卵 ＜調味料＞ノンオイルドレッシングおろししょうゆ：醤油（大豆・小麦）・生醤油（大豆・小麦）・大根（酢）・ぶどう糖果糖液糖・醸造酢・食塩・鰹節エキス・昆布エキス・椎茸エキス・ゆず果汁・澱粉 ③白菜・もやし・人参・鰹節 ＜調味料＞醤油（小麦・大豆）・めんつゆ：果糖ぶどう糖液糖・醤油（小麦・大豆）・食塩・昆布・鰹節
6 (火)	ごはん 生乳 ①鶏ごぼう汁 ②玉葱コロッケ ③彩りおひたし ④ふりかけ（野菜）	①鶏肉・豆腐（大豆）・人参・干椎茸・長葱・ごぼう ＜調味料＞食塩・醤油（小麦・大豆）・昆布・鰹節・鯖節・煮干・酒・みりん めんつゆ：果糖ぶどう糖液糖・醤油（小麦・大豆）・食塩・昆布・鰹節 和風だしみやこ：醤油・食塩・砂糖・鰹節・うるめ鰯・発酵調味料・煮干・酵母エキス・昆布・調味料（一部に小麦・大豆を含む） 昆布液体だし：水飴・食塩・酵母エキス・昆布・酒精 コンタミ：えび・かに・小麦・乳・いか・鮭・鯖・大豆・鶏肉・ゼラチン ②たまご：玉葱・鰹油漬（大豆）・パン粉（小麦）・砂糖・人参・マヨネーズ（大豆・卵・小麦）・マーガリン（乳）・酒・豚コラーゲン・食塩・香辛料・生パン粉（小麦）・澱粉・植物油脂・小麦粉・コーンフラワー・脱脂大豆粉末・乳化剤（大豆）・焼成カルシウム・香料 米油 ③もやし・人参・小松菜 ＜調味料＞醤油（小麦・大豆）・めんつゆ：果糖ぶどう糖液糖・醤油（小麦・大豆）・食塩・昆布・鰹節 ④野菜ふりかけ：ごま・乳糖・食塩・澱粉・砂糖・人参・小麦粉・大豆加工品・あおさ・海藻カルシウム・のり・南瓜・卵黄粉末・抹茶・ほうれん草・玉葱・魚介・酵母・マーガリン（大豆）・乳製品・ブドウ糖液糖・イースト
7 (水)	バターパン（小麦・卵・乳・乳化剤（大豆）） 生乳 ①大豆のつぶつぶスープ ②アンサンブルエッグ ③黒酢サラダ	①豚肉・もやし・つくも大豆・しめじ・コーン ＜調味料＞醤油（小麦・大豆）・食塩・こしょう がらフレッシュ：豚骨・鶏骨・魚介エキス・豚骨油 コンソメ：乳糖・食塩・鶏肉・デキストリン・砂糖・鶏脂・酵母エキス・食用加工油脂・醤油（小麦・大豆）・玉葱・乳たん白・香辛料（小麦）・澱粉 ②アンサンブルエッグ：鶏卵・フライドポテト・玉葱・プロセスチーズ（乳）・ベーコン（卵・乳・豚肉）・生乳・砂糖・植物油・食酢・食塩・酵母エキス ③キャベツ・きゅうり・人参・鶏ささみ水煮：鶏肉・澱粉・食塩・野菜エキス ＜調味料＞こしょう 黒酢玉葱ドレッシング：食用植物油脂（大豆）・醸造酢・玉葱酢漬（りんご）・砂糖・醤油（小麦・大豆）・米発酵調味料・食塩・マスタード・澱粉
8 (木)	ごはん 生乳 ①ピビンバ丼（具） ②ヨーグルト和え	①豚肉・人参・もやし・小松菜・玉葱・切干大根・筍・いんげん・高野豆腐（大豆）・ごま ＜調味料＞にんにく・ショウガ・砂糖・酒・醤油（小麦・大豆）・みりん・みそ（大豆・米）・米油・ごま油 オイスターソース：オイスターエキス・ぶどう糖果糖液糖・砂糖・食塩・動物性たん白・醤油（小麦・大豆）・米発酵調味液・小麦発酵調味液 甜麺醤：砂糖・みそ（大豆）・植物油脂（ごま）・醤油（小麦）・大麦粉・落花生ペースト・食塩・オイスターオイル・酸味料 ②生クリーム（乳） ヨーグルト：乳製品・ゼラチン・寒天 ミックスドフルーツ：黄桃・白桃・りんご・みかん・砂糖・ブドウ糖果糖液糖 ＜調味料＞砂糖
9 (金)	生乳 ①塩野菜ラーメン ②小籠包 ③ミニフィッシュ	①ラーメン・豚肉・もやし・長葱・人参・玉葱・キャベツ つと：魚肉（すけとうだら）・澱粉・食塩・調味料（大豆・豚肉・生肉） ＜調味料＞米油・にんにく・ショウガ・食塩・こしょう・澱粉 チンタンスープ：豚肉鶏肉エキス（豚骨・鶏骨・鶏肉・豚足・野菜）・香味オイル（動物油脂・野菜）・食塩・鰹エキス ラーメンスープ塩：食塩・豚脂・玉葱・砂糖・菜種油・鶏エキス（小麦・大豆・鶏肉・豚肉）・酵母エキス（りんご）・香辛料・トマト・にんにく・たんばく加水分解物（大豆）・生風味調味料（大豆・鶏肉・豚肉）・寒天・調味料 ②小籠包：豚肉・鶏肉・キャベツ・玉葱・豚脂・筍・春雨・醤油（小麦・大豆）・澱粉・かきエキス・砂糖・ショウガ・発酵調味料・植物油脂（ごま）・食塩・香辛料・小麦粉・小麦グルテン ③ミニフィッシュ：かたくちいわし・砂糖・澱粉・食塩 コンタミ：えび・かに・いか

10月3週

日	南 立 表	食材 下線：特定原材料（9品目）、特定原材料に準ずるもの（20品目）
13 (火)	ごはん 生乳 ①貝だくさんみそ汁 ②いわしの梅煮 ③ごま和え	①豆腐（ <u>大豆</u> ）・干椎茸・ <u>いんげん</u> ・ <u>鶏肉</u> ・大根・人参・じゃが芋 ＜調味料＞ショウガ・鰹節・鯖節・煮干・昆布・みそ（ <u>大豆</u> ・米） ②いわし梅煮：鰹・タレ（砂糖・水飴・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・梅酢・発酵調味料・澱粉・梅肉ペースト・鰹節・昆布だし コンタミ：乳 ③もやし・小松菜・白菜・ごま ＜調味料＞砂糖・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ） めんつゆ：果糖ぶどう糖液糖・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・食塩・昆布・鰹節
14 (水)	バターパン（ <u>小麦</u> ・ <u>卵</u> ・乳・乳化剤（ <u>大豆</u> ）） 生乳 ①コーンクリームスープ ②ハムカツ ③豆まめサラダ	①じゃが芋・玉葱・コーン・ <u>鶏肉</u> ・生乳 クリームコーン：とうもろこし・食塩 ＜調味料＞食塩・こしょう・バセリ・バター（乳） コンソメ：乳糖・食塩・ <u>鶏肉</u> ・デキストリン・砂糖・ <u>鶏脂</u> ・酵母エキス・食用加工油脂・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・玉葱・乳たん白・香辛料（ <u>小麦</u> ）・澱粉 ホワイトルウ：小麦粉・ <u>豚脂</u> ・砂糖・食塩・水飴・玉葱粉・にんにく・こしょう コーンポタージュルウ：デキストリン・コーンパウダー・ <u>小麦粉</u> ・ <u>大豆油</u> ・脱脂粉乳・砂糖・食塩・澱粉・玉葱・ <u>鶏エキス</u> ・ <u>小麦たん白</u> ・ <u>大豆たん白</u> ②ハムカツ： <u>鶏肉</u> ・ <u>豚肉</u> ・食塩・香辛料・植物油脂・パン粉・澱粉・香料・（一部に <u>小麦</u> ・乳成分・ <u>大豆</u> を含む）・米油 中濃ソース：果糖ブドウ糖液糖・砂糖液糖・ <u>りんご</u> ・酢・食塩・トマトペースト・香辛料・澱粉・調味料 ③つくも <u>大豆</u> ・枝豆（ <u>大豆</u> ）・キャベツ・きゅうり・ひじき・にんじん ミックスピーズ： <u>大豆</u> ・ <u>いんげん豆</u> ＜調味料＞醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・砂糖・こしょう 野菜たっぷり和風ドレッシング：食用植物油脂・果糖ブドウ糖液糖・醤油・玉葱・にんにく・赤ピーマン・椎茸・ショウガ・醸造酢・発酵調味料・食塩・玉葱フレーク・食物繊維・たん白加水分解物・酵母エキスパウダー・ <u>りんご</u> ・調味料（一部に <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ・ <u>鶏肉</u> ・ <u>豚肉</u> を含む） ノンオイルドレッシング玉葱：醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・醸造酢・砂糖・玉葱・食塩・増粘剤
15 (木)	ごはん 生乳 ①シーフードカレー ②温野菜マリネ	① <u>いか</u> ・ベビーほたて・じゃが芋・玉葱・人参 ＜調味料＞脱脂粉乳・バター（乳）・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・ショウガ・にんにく・米油・ロリエ粉・ターメリック・ガラムマサラ カレールウ：小麦粉・ <u>豚脂</u> ・砂糖・食塩・カレー粉・澱粉・玉葱（ <u>大豆</u> ）・脱脂粉乳・トマト粉 末・チーズ（乳）・乳Ca・バナナ・醤油（ <u>大豆</u> ・ <u>小麦</u> ）・はちみつ・粉乳・小麦粉・小麦発酵調味料・ソース（ <u>大豆</u> ・ <u>小麦</u> ）・脱脂 <u>大豆</u> ・ココア・バター（乳）・昆布・ <u>りんご</u> ・にんにく粉末（ <u>大豆</u> ）・ <u>豚エキス</u> （ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・トマト調味料・乳化剤（ <u>大豆</u> ）・ブラウンルウ（ <u>小麦</u> ）・酵母エキス 中濃ソース：果糖ブドウ糖液糖・砂糖液糖・ <u>りんご</u> ・酢・食塩・トマトペースト・香辛料・澱粉・調味料 ウスターソース：果糖ブドウ糖液糖・砂糖液糖・酢・食塩・玉葱・香辛料・トマトエキス・調味料 ケチャップ：トマト・砂糖・食塩・玉葱・酢 ②大根・人参・キャベツ・玉葱・コーン・フロッコリー ＜調味料＞レモン汁・オリーブオイル・砂糖・こしょう・食塩 野菜いっぱいイタリアンドレッシング：植物油脂・玉葱・赤ピーマン・椎茸・糖類（果糖ぶどう糖液糖・砂糖）・醸造酢（ <u>りんご</u> ）・食塩・ソテーオニオン・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・酵母エキス・香辛料・たん白加水分解物（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ・ <u>鶏肉</u> ・ <u>豚肉</u> ）・オリーブ・ <u>鶏エキス</u> パウダー・酒精・香料
16 (金)	生乳 ①かしわうどん ②餅いなり ③カップはちみつレモンゼリー	①うどん・ <u>鶏肉</u> ・玉葱・白菜・大根・人参・干椎茸 ＜調味料＞醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・鰹節・鯖節・煮干・昆布・食塩・澱粉 めんつゆ：果糖ぶどう糖液糖・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・食塩・昆布・鰹節 和風だしみやこ：醤油・食塩・砂糖・鰹節・うるめ鰯・発酵調味料・煮干・酵母エキス・昆布・調味料・（一部に <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> を含む） 昆布液体だし：水飴・食塩・酵母エキス・昆布・酒精 コンタミ： <u>えび</u> ・ <u>かに</u> ・ <u>小麦</u> ・乳・ <u>いか</u> ・ <u>鮭</u> ・ <u>鯖</u> ・ <u>大豆</u> ・ <u>鶏肉</u> ・ <u>ゼラチン</u> ②味付餅いなり：餅粉・もち米・油揚げ（ <u>大豆</u> ）・ <u>大豆油</u> ・砂糖・食塩・澱粉・酵素製剤・砂糖・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・鰹節エキス（ <u>小麦</u> ）・昆布エキス・食塩・みりん ③はちみつレモンゼリー：水飴・果糖ぶどう糖液糖・レモン果汁・はちみつ・香料

10月4週

日	南 立 表	食材 下線：特定原材料（9品目）、特定原材料に準ずるもの（20品目）
19 (月)	ごはん 生乳 ①水餃子のみそスープ ②ちくわ磯辺揚げ ③肉じゃが	①人参・長葱・大根・にら 水餃子：小麦粉・大豆粉・食塩・豚肉・鶏肉・キャベツ・葱・豚脂・醤油(小麦・大豆)・ショウガ・植物油脂(ごま)・みりん・砂糖・清酒・豚エキス・香辛料・澱粉 コンタミ：えび・かに・卵・乳成分 ＜調味料＞ショウガ・にんにく・醤油(小麦・大豆)・みそ(大豆・米) チキンがらスープ：鶏骨・鶏肉スープ・鶏エキス・酵母エキス・調味料 ②ちくわ磯辺天ぷら：魚肉すり身・澱粉・食塩・発酵調味料・砂糖・植物油(大豆)・調味料・天ぷら粉(小麦粉・澱粉)・アオサ・揚げ油(大豆) ③じゃが芋・豚肉・玉葱・人参・白滝 ＜調味料＞醤油(小麦・大豆)・砂糖・みりん・酒・ショウガ・米油
20 (火)	ごはん 生乳 ①みそ汁 ②ぶりのめんつゆマヨ焼き ③豚肉きんぴら炒め	①豆腐(大豆)・じゃが芋・大根・わかめ ＜調味料＞鰹節・鯖節・煮干・昆布・みそ(大豆・米) ②ぶり ＜調味料＞にんにく めんつゆ：果糖ぶどう糖液糖・醤油(小麦・大豆)・食塩・昆布・鰹節 マヨネーズ：植物油脂(大豆)・卵黄・酢(小麦)・食塩・砂糖 ③豚肉・人参・ごぼう・いんげん・ごま ＜調味料＞酒・砂糖・みりん・醤油(小麦・大豆)・米油・ごま油 めんつゆ：果糖ぶどう糖液糖・醤油(小麦・大豆)・食塩・昆布・鰹節
21 (水)	かぼちゃパン(小麦・卵・乳・乳化剤(大豆)・かぼちゃ) 生乳 ①ジュリエンスープ ②チキンオープン焼きチーズ ③大根と枝豆のサラダ	①玉葱・人参・キャベツ ウインナー：鶏肉・豚肉・豚脂肪・食塩・砂糖・麦芽糖・香辛料・澱粉・羊腸 コンタミ：小麦・卵・乳成分 ＜調味料＞醤油(大豆・小麦)・食塩・こしょう コンソメ：乳糖・食塩・鶏肉・デキストリン・砂糖・鶏脂・酵母エキス・食用加工油脂・醤油(小麦・大豆)・玉葱・乳たん白・香辛料(小麦)・澱粉 ②チキンオープン焼きチーズ：鶏肉・植物油脂・パン粉(小麦)・チーズ(乳)・砂糖・大豆たん白・醤油(小麦・大豆)・食塩・酵母エキス・赤ピーマン・パセリ・塩麴・乳化剤・澱粉・香料(乳・大豆) ③大根・枝豆(大豆)・ツナ水煮：きはだまぐろ・野菜エキス・食塩 ＜調味料＞こしょう 野菜たっぷり和風ドレッシング：食用植物油脂・果糖ブドウ糖液糖・醤油・玉葱・にんにく・赤ピーマン・椎茸・ショウガ・醸造酢・発酵調味料・食塩・玉葱フレーク・食物繊維・たん白加水分解物・酵母エキスパウダー・りんご・調味料（一部に小麦・大豆・鶏肉・豚肉を含む） 焙煎胡麻ドレッシング：植物油脂・果糖ぶどう糖液糖・砂糖・ごま・醤油(小麦・大豆)・醸造酢・食塩・卵黄・魚介エキス(鯖)・酵母エキス・こしょう・香料(ごま)
22 (木)	ごはん 生乳 ①みぞれ汁 ②あじフライ ③うま塩サラダ	①大根・人参・しめじ・長葱・厚揚げ(大豆)・大根おろし ＜調味料＞酒・鰹節・鯖節・煮干・昆布・醤油(大豆・小麦)・食塩 めんつゆ：果糖ぶどう糖液糖・醤油(小麦・大豆)・食塩・昆布・鰹節 和風だしみやこ：醤油・食塩・砂糖・鰹節・うるめ鰯・発酵調味料・煮干・酵母エキス・昆布・調味料・(一部に小麦・大豆を含む) ②あじフライ：あじ・パン粉(小麦)・バター液(小麦粉・食塩)打ち粉・コンタミ：卵・乳成分・えび 米油 中濃ソース：果糖ブドウ糖液糖・砂糖液糖・りんご・酢・食塩・トマトペースト・香辛料・澱粉・調味料 ③ぎゅうり・もやし・鶏ささみ水煮：鶏肉・澱粉・食塩・野菜エキス ＜調味料＞こしょう くせになるうま塩ドレッシング：醸造酢・砂糖・食塩・にんにく・鶏肉エキス・ごま・香辛料・昆布・発酵酵母エキス・酒精・酸味料・澱粉・香料
23 (金)	生乳 ①スタミナ味噌ラーメン ②バナナ ③コーヒーマイルメーク	①ラーメン・豚肉・にら・にんじん・もやし・キャベツ・コーン・長葱・ごま つと：魚肉(すけとうだら)・澱粉・食塩・調味料(大豆・豚肉・牛肉) ＜調味料＞米油・ショウガ・にんにく・食塩・こしょう・澱粉・ごま油 チンタンスープ：豚肉鶏肉エキス(豚骨・鶏骨・鶏肉・豚足・野菜)・香味オイル(動物油脂・野菜)・食塩・鰹エキス ラーメンスープ味噌：みそ(大豆)・食塩・豚脂・砂糖・香辛料・ごま油・生エキス(小麦・大豆)・玉葱粉(小麦)・鶏エキス(乳・大豆)・調味料 ②バナナ ③コーヒーマイルメーク：果糖ぶどう糖液糖・砂糖・インスタントコーヒー・食塩・乳酸カルシウム・着色料

10月5週

日	献立表	食材 下線：特定原材料（9品目）、特定原材料に準ずるもの（20品目）
26 (月)	ごはん 牛乳 ①塩ちゃんこ汁 ②さばの生姜煮 ③ぼん酢和え	①豆腐（ <u>大豆</u> ）・人参・大根・キャベツ 鶏肉団子：鶏肉・ <u>大豆</u> たん白・パン粉・ <u>小麦</u> 粉・玉葱・食塩・砂糖・（一部に <u>小麦</u> ・乳成分・ <u>大豆</u> ・鶏肉を含む） ＜調味料＞澱粉・食塩・こしょう しおちゃんこスープの素：醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・食塩・鶏がらだし・昆布だし・砂糖・香味食用油・ <u>ごま</u> 油・鰹 だし・こしょう・酵母エキス（ <u>大豆</u> ）・乳化剤（ <u>大豆</u> ） がらフレッシュチキン：鶏骨・鶏脂・たんばく分解物 ②さば生姜煮：鯖・水飴・砂糖・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・発酵調味料・ショウガ・酢（ <u>小麦</u> ）・昆布だし コンタ ミ：乳 ③もやし・人参 ツナ水煮：きはだまぐろ・野菜エキス・食塩 ＜調味料＞醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・ <u>ごま</u> 油 ぼん酢：醤油・醸造酢・砂糖・果糖ブドウ糖液糖・たん白加水分解物・ゆず果汁・食塩・発酵調味料・レモン果 汁・椎茸エキス・削節（鰹・鯖）昆布エキス・にぼし、（一部に <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> を含む）
27 (火)	ごはん 牛乳 ①にら玉汁 ②メンチカツ ③大豆の磯煮	①にら・もやし・大根・長葱・液鰹 ＜調味料＞醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・ショウガ・にんにく・酒・ <u>ごま</u> 油 シャンタンDX：食塩・畜肉エキス・野菜エキス・食用油脂（動物油脂・植物油脂）砂糖・乳糖・ <u>小麦</u> 粉・香辛 料（アミノ酸等）、（一部に <u>小麦</u> ・乳成分・生肉・ <u>ごま</u> ・ゼラチン・ <u>大豆</u> ・鶏肉・豚肉を含む） ②焼いてメンチカツ：植物性たん白質（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・鶏肉・玉葱・豚脂・パン粉（ <u>小麦</u> ・乳・ <u>大豆</u> ）・澱粉・生 脂・アミノ酸液（ <u>大豆</u> ）・果糖・砂糖・食塩・豚エキス・香辛料・植物油脂・乾燥全卵・ <u>大豆</u> たん白・乾燥卵白・と うもろこし加工品・ドロマイト・乳化剤（ <u>大豆</u> ） オイルスプレー 中濃ソース：果糖ブドウ糖液糖・砂糖液糖・りんご・酢・食塩・トマトペースト・香辛料・澱粉・調味料 ③ <u>大豆</u> ・人参・ひじき・つきこん ＜調味料＞砂糖・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・みりん・酒・米油 めんつゆ：果糖ぶどう糖液糖・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・食塩・昆布・鰹節
28 (水)	バーガーパン（ <u>小麦</u> ・卵・乳・乳化 剤（ <u>大豆</u> ）） 牛乳 ①かぼちゃ団子シチュー ②ケチャップウインナー ③イタリアンサラダ	①鶏肉・玉葱・しめじ・南瓜・牛乳 かぼちゃもち：南瓜・じゃが芋・澱粉・砂糖・食塩 ＜調味料＞米油・にんにく・ショウガ・バター（乳）・パセリ・食塩・こしょう コンソメ：乳糖・食塩・鶏肉・デキストリン・砂糖・鶏脂・酵母エキス・食用加工油脂・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・玉葱・ 乳たん白・香辛料（ <u>小麦</u> ）澱粉 ホワイトルウ：小麦粉・豚脂・砂糖・食塩・水飴・玉葱粉・にんにく・こしょう ②うす味フランク：鶏肉・豚脂・豚肉・卵白・海藻ミネラル・食塩・香辛料・砂糖・酵母エキス・澱粉 ケチャップ：トマト・砂糖・食塩・玉葱・酢 ③キャベツ・きゅうり・大根 ＜調味料＞こしょう 野菜いっぱいイタリアンドレッシング：植物油脂・玉葱・赤ピーマン・椎茸・糖類（果糖ぶどう糖液糖・砂 糖）・醸造酢（りんご）・食塩・ソテーオニオン・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・酵母エキス・香辛料・たん白加水分解物 （ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ・鶏肉・豚肉）・オリーブ・鶏エキスパウダー・酒精・香料
29 (木)	ごはん 牛乳 ①みそ汁 ②ほっけの塩焼き ③鶏肉とさつま芋の煮物	①わかめ・しめじ・もやし・油揚げ（ <u>大豆</u> ） ＜調味料＞鰹節・鯖節・煮干・昆布・みそ（ <u>大豆</u> ・米） ②ほっけ・食塩 ③鶏肉・さつま芋・人参・大根 ＜調味料＞砂糖・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・酒・米油
30 (金)	牛乳 ①きのこのスープパスタ ②ミニきな粉揚げパン	①スパゲティ・しめじ・エリンギ・えのき・人参・コーン・ほうれん草・玉葱・豚肉 ウインナー：鶏肉・豚肉・豚脂・食塩・砂糖・麦芽糖・香辛料・澱粉・羊腸 コンタミ：小麦・卵・乳成分 ＜調味料＞醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・バター（乳）・白ワイン・にんにく・食塩・こしょう・米油・澱粉 コンソメ：乳糖・食塩・鶏肉・デキストリン・砂糖・鶏脂・酵母エキス・食用加工油脂・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・玉葱・ 乳たん白・香辛料（ <u>小麦</u> ）澱粉 めんつゆ：果糖ぶどう糖液糖・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・食塩・昆布・鰹節 ②ライ麦パン：小麦粉・ライ麦・小麦全粒粉・砂糖・イースト・ショートニング・食塩・モルトエキス・小麦モル ト コンタミ：卵・乳成分・ <u>ごま</u> きな粉砂糖： <u>大豆</u> ・砂糖・黒糖・食塩 米油