

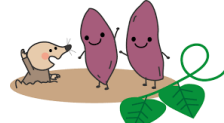
令和7年度 10月学校給食予定献立表（中学校）



★材料や分量、アレルギーの表示については、こちらをご覧ください。

※ハム、ベーコン、はんぺん、揚げかまぼこ、棒天、かまぼこ、ちくわには、卵や乳は含まれていません。

※献立の材料は、天候などにより変更することがありますので、ご了承下さい。



※春巻きやハンバーグなど、加工食品の原料を確認したい方は直接給食センターにお尋ねください。

西部学校給食センター 0957-28-9580

ひ に ち	よ う び	こ ん だ て め い	含まれるアレルギー	ざ い り よ う						エネルギー kcal
				血や肉のもとになる		体の調子をととのえる		熱や力のもとになる		たんぱく質 g
				肉・魚・卵・豆 豆製品	牛乳・小魚 海藻	色のこい野菜	色のうすい野菜 くだもの・きのこ	こく類・いも類 さとう	脂質	
1	水	麦ごはん						米 麦		749 29.5
		牛乳	乳		牛乳					
		白玉汁	小麦、大豆、魚	油揚げ はんぺん		こまつな	たまねぎ	白玉餅		
		鶏肉の照り焼き	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉				さとう		
		高菜ごま炒め	小麦、ごま、大豆			高菜漬 にんじん		さとう	ごま油 ごま	
2	木	麦ごはん						米 麦		815 26.0
		牛乳	乳		牛乳					
		ボークカレー	小麦、大豆、豚肉、りんご 果物	豚肉		にんじん	たまねぎ りんご	じゃがいも	カレールー 油	
		キャベツとバインのサラダ	小麦、大豆、果物				キャベツ バイン	さとう	油	
		ヨーグルト	乳、ゼラチン		ヨーグルト					
3	金	麦ごはん						米 麦		750 34.3
		牛乳	乳		牛乳					
		さつま汁	大豆、鶏肉	厚揚げ 鶏肉 みそ		にんじん ねぎ	ごぼう	さつまいも		
		あじの幽庵焼き	小麦、大豆、魚、果物	アジ			ゆず	さとう		
		糸こんにゃくのうま煮	小麦、ごま、大豆、豚肉	豚肉		こまつな にんじん	こんにゃく しょうが	さとう	ごま 油	
6	月	ごはん						米		793 28.4
		牛乳	乳		牛乳					
		里芋のそぼろ煮	小麦、大豆、鶏肉、魚	厚揚げ 鶏肉 揚げかまぼこ		にんじん いんげん	こんにゃく	里芋 さとう	油	
		いかねぎ揚げ	いか、大豆、豚肉 やまいも、魚	いかねぎ焼き					油	
		もやしの和えもの	小麦、大豆			ピーマン 赤パプリカ	もやし	さとう		
7	火	卵パン	小麦、卵、乳、大豆					卵パン		779 33.2
		牛乳	乳		牛乳					
		マカロニのトマト煮	小麦、牛肉、大豆、鶏肉、豚肉 りんご、ゼラチン、果物	豚肉 ベーコン		にんじん トマト	たまねぎ	マカロニ じゃがいも	油	
		野菜のマリネ	小麦、大豆			ブロッコリー 赤パプリカ	きゅうり	さとう	オリーブ油	
		チーズ	乳		チーズ					
8	水	麦ごはん						米 麦		797 30.4
		牛乳	乳		牛乳					
		くりつぼ	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉 厚揚げ みそ		にんじん いんげん	れんこん ごぼう こんにゃく しいたけ	里芋 くり さとう	油	
		たらのレモンソース	小麦、大豆、魚、果物	タラ			レモン	さとう でん粉	油	
		野菜炒め	小麦、大豆			ピーマン	キャベツ しめじ		油	
9	木	麦ごはん						米 麦		733 31.8
		牛乳	乳		牛乳					
		きのこことたまごの吸い物	小麦、卵、大豆、鶏肉	鶏肉 卵		ほうれんそう	しめじ えのきだけ しいたけ	でん粉		
		さばゆずみそ煮	さば、大豆、魚、果物	さばゆずみそ煮						
		五目きんぴら	小麦、ごま、大豆、豚肉、魚	豚肉 揚げかまぼこ		にんじん	ごぼう こんにゃく	さとう	ごま 油	
10	金	麦ごはん						米 麦		793 23.2
		牛乳	乳		牛乳					
		白菜と肉団子のスープ	小麦、ごま、大豆、鶏肉 豚肉、貝	中華風つくね 豚肉		にんじん	はくさい たまねぎ しいたけ			
		春巻き	小麦、大豆、豚肉					春巻	油	
		ハンサンスー	小麦、ごま、大豆			にんじん	きゅうり	春雨 さとう	ごま油	
14	火	コッペパン	小麦、乳、大豆					コッペパン		781 33.1
		牛乳	乳		牛乳					
		りんごジャム	りんご、果物					りんごジャム		
		ボークビーンズ	大豆、鶏肉、豚肉、りんご 果物	豚肉 大豆		にんじん	たまねぎ セロリ グリーンピース	じゃがいも	油	
		ほうれん草とウィンナーのソテー	小麦、大豆、豚肉	ウィンナー		ほうれんそう にんじん	とうもろこし		油	
15	水	キムタクごはん	小麦、さば、大豆、豚肉 りんご、魚、果物	豚肉			白菜キムチ たくあん	こめ	油	732 29.5
		牛乳	乳		牛乳					
		つみれの吸い物	小麦、大豆、魚	お野菜つみれ 豆腐	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ しいたけ			
		メンチカツ	小麦、大豆、鶏肉、豚肉	メンチカツ					油	
		ゆずの香和え	小麦、大豆、果物			にんじん	きゅうり ゆず	さとう		
16	木	麦ごはん						米 麦		786 32.3
		牛乳	乳		牛乳					
		だぶ	小麦、大豆、鶏肉、魚	鶏肉 厚揚げ かまぼこ		にんじん いんげん	れんこん こんにゃく ごぼう しいたけ	里芋 さとう		
		鶏のから揚げ	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉				でん粉	油	
		ほうれん草のり酢和え	小麦、大豆		きざみのり	ほうれんそう		さとう		

★今月の郷土料理は「佐賀県」です。

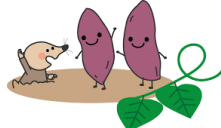
令和7年度 10月学校給食予定献立表（中学校）



★材料や分量、アレルギーの表示については、こちらをご覧ください。

※ハム、ベーコン、はんぺん、揚げかまぼこ、棒天、かまぼこ、ちくわには、卵や乳は含まれていません。

※献立の材料は、天候などにより変更することがありますので、ご了承下さい。



※春巻きやハンバーグなど、加工食品の原料を確認したい方は直接給食センターにお尋ねください。

西部学校給食センター 0957-28-9580

17	金	麦ごはん						米 麦		736 33.1
		牛乳	乳		牛乳					
		ちゃんこ汁	小麦、大豆、鶏肉	つくね 厚揚げ 油揚げ		にんじん	はくさい もやし 深ねぎ			
		いわしの甘露煮	小麦、大豆、魚	いわし甘露煮						
		ひじきのみそ炒め	小麦、大豆、豚肉	豚肉 大豆 みそ	ひじき	にんじん いんげん		さとう	油	
20	月	ごはん						米		743 28.0
		牛乳	乳		牛乳					
		豚汁	大豆、豚肉	豚肉 厚揚げ みそ		にんじん ねぎ	だいこん こんにゃく ごぼう	里芋		
		卵焼き	小麦、卵、大豆	卵焼き						
		にらともやしの炒め物	小麦、大豆、豚肉	ベーコン		にら	もやし		油	
21	火	小コッペパン	小麦、乳、大豆					コッペパン		811 33.8
		牛乳	乳		牛乳					
		きつねうどん	小麦、大豆、鶏肉、魚	油揚げ 鶏肉 かまぼこ		ねぎ	たまねぎ	うどん		
		肉団子の甘酢あん	小麦、牛肉、大豆、鶏肉 豚肉	ミートボール				さとう でん粉	油	
		ごま和え	小麦、ごま、大豆			にんじん	キャベツ きゅうり	さとう	ごま	
22	水	麦ごはん						米 麦		780 34.7
		牛乳	乳		牛乳					
		麻婆豆腐	小麦、ごま、大豆、豚肉	豆腐 豚肉 みそ		にんじん ねぎ	たまねぎ しいたけ しょうが	さとう でん粉	油 ごま油	
		焼きぎょうざ	小麦、大豆、豚肉	ぎょうざ						
		ハムともやしの甘酢炒め	大豆、豚肉	ハム		こまつな	もやし	さとう	油	
23	木	麦ごはん						米 麦		821 27.1
		牛乳	乳		牛乳					
		親子煮	小麦、卵、大豆、鶏肉	鶏肉 卵		にんじん	たまねぎ しいたけ	じゃがいも さとう		
		かぼちゃコロッケ	小麦、大豆					かぼちゃコロッケ	油	
		からしあえ	小麦、大豆			ほうれんそう にんじん	きゅうり	さとう		
24	金	麦ごはん						米 麦		770 31.7
		牛乳	乳		牛乳					
		けんちん汁	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉 厚揚げ		にんじん	ごぼう だいこん こんにゃく 深ねぎ	里芋		
		鶏肉のみそマヨネーズ焼き	大豆、鶏肉	鶏肉 米みそ					ノンエッグ マヨネーズ	
		昆布の炒め煮	小麦、大豆、魚	揚げかまぼこ 油揚げ	昆布	いんげん にんじん		さとう	油	
27	月	ごはん						米		755 31.0
		牛乳	乳		牛乳					
		こんにゃくのおかか煮	小麦、大豆、鶏肉、魚	鶏肉 ちくわ かつお糸削り節		にんじん いんげん	こんにゃく たけのこ	さとう	油	
		ささみカツ	小麦、大豆、鶏肉	ささみカツ					油	
		キャベツのひじきあえ	小麦、大豆		しそ味ひじき	にんじん	キャベツ	さとう		
28	火	黒砂糖パン	小麦、乳、大豆					黒砂糖パン		760 30.8
		牛乳	乳		牛乳					
		オニオンスープ	小麦、大豆、鶏肉、豚肉	ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ			
		ハンバーグきのこソース	小麦、牛肉、大豆、鶏肉、豚肉 りんご、ゼラチン、果物	ハンバーグ			マッシュルーム しめじ えのきだけ	さとう でん粉		
		みかん	果物				みかん			
29	水	麦ごはん						米 麦		832 33.2
		牛乳	乳		牛乳					
		うま煮	小麦、大豆、鶏肉、魚	鶏肉 揚げかまぼこ 厚揚げ		にんじん いんげん	こんにゃく たまねぎ	じゃがいも さとう	油	
		あじすりみフライ	小麦、大豆、魚	あじすり身フライ					油	
		大根の甘酢和え	小麦、ごま、大豆				だいこん きゅうり	さとう	ごま	
30	木	麦ごはん						米 麦		802 26.3
		牛乳	乳		牛乳					
		吉野煮	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉 凍り豆腐		にんじん いんげん	こんにゃく たけのこ しいたけ	じゃがいも さとう でん粉		
		ふんわり野菜揚げ	小麦、大豆、魚	野菜揚げ					油	
		アーモンド和え	小麦、大豆、ナッツ アーモンド			ほうれんそう にんじん	キャベツ	さとう	アーモンド	
31	金	麦ごはん						米 麦		747 30.5
		牛乳	乳		牛乳					
		沢煮椀	小麦、大豆、豚肉	豚肉		にんじん ねぎ	たけのこ だいこん ごぼう しいたけ			
		さばゴマ味噌煮	ごま、さば、大豆、魚	さばゴマ味噌煮						
		野菜ソテー	小麦、大豆、豚肉	ベーコン		こまつな	しめじ とうもろこし		油	