

10月予定献立表

－後片付けをきちんとしよう－

実施回数 21回
平均エネルギー
平均たんぱく質

780kcal
25.4g

加古川市教育委員会
日岡山学校給食センター

※10月 はひょうご食育月間です。毎週水曜日に兵庫県にまつわる料理や食材を提供します。

日	1日(木)	2日(金)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)
献立	☐ご飯 ●牛乳 煮込みハンバーグ ボイル野菜 冬瓜の卵スープ	☐ご飯 ●牛乳 パンツェロッティ 豆乳ポタージュ のり佃煮	☐ご飯(小) ●牛乳 高野豆腐の酢豚風 鶏つくねスープ	☐ご飯 ●牛乳 豆と野菜のケチャップ煮 ABCマカロニスープ ※カシューナッツ	兵庫の食メニュー ☐ご飯(小) ●牛乳 姫路おでん 姫路おでん(生姜醤油) 親鶏の甘酢和え	☐わかめご飯(麦) ●牛乳 まぐろカツ 野菜スープ	目の愛護デーメニュー ☐ご飯 ●牛乳 スパニッシュオムレツ ケチャップ(チューブ) キャベツとツナのソテー ビーフンスープ ブルーベリータルト	☐ご飯 ●牛乳 鶏肉とじゃが芋の煮物 ※きんぴら大豆 魚ふりかけ	兵庫の食メニュー ☐ご飯 じゃこ混ぜご飯(具) ●牛乳 岩津ねぎ入りお好み揚げ お好み焼きソース(チューブ) みそちゃんこ	☐ご飯 ●牛乳 揚げぎょうざ キャベツのシークワーサー和え ワンタンスープ	☐ご飯 ●牛乳 ホキフライ ※ごぼうサラダ ごまドレッシング わかめ汁
副食	○ハンバーグ 1個	カルツォーネ 1個	○高野豆腐(サイコロ)	○鶏肉	○うずら卵	●わかめご飯の素	○卵	○鶏肉	●ちりめんじゃこ	○ぎょうざ 2個	○□ホキフライ 1個
食	△トマト水煮	■揚げ油	☐でんぷん	○大豆水煮	○ミニちくわ	□大麦	○□まぐろカツ 1個	△人参	△人参	■揚げ油	■揚げ油
材	ケチャップ	○鶏肉	■揚げ油	▲玉ねぎ	▲大根	○□まぐろカツ 1個	■揚げ油	□じゃが芋	▲玉ねぎ	▲キャベツ	▲ごぼう
料	デミグラスソース	○ベーコン	▲玉ねぎ	□じゃが芋	○厚揚げ(10g角)	■揚げ油	○チキンフランクスライス	▲玉ねぎ	△人参	△人参	▲きゅうり
	とんかつソース	□じゃが芋	△人参	▲玉ねぎ	□じゃが芋	○チキンフランクスライス	▲玉ねぎ	△人参	△人参	□砂糖	▲とうもろこし
	▲キャベツ	▲玉ねぎ	△人参	○白いんげん豆ペースト	□砂糖	▲玉ねぎ	△人参	△人参	濃口しょうゆ	酢	△人参
	△人参	△人参	△人参	△人参	薄口しょうゆ	△人参	○まぐろ油漬け	濃口しょうゆ	濃口しょうゆ	薄口しょうゆ	■ごまドレッシング
	○卵	△パセリ	○鶏つくね	△人参	濃口しょうゆ	□じゃが芋	△人参	薄口しょうゆ	岩津ねぎ入り	○豚肉	○かまぼこ
	○ベーコン	ポークブイオン	▲緑豆春雨	▲玉ねぎ	煮干しだし	▲キャベツ	■油	煮干しだし	お好み揚げ	□ワンタン	○豆腐
	▲玉ねぎ	チキンブイオン	▲白菜	▲エリンギ	▲生姜	▲とうもろこし	○豚肉	煮干しだし	■揚げ油	▲白菜	▲玉ねぎ
	▲えのきたけ	塩	▲人参	△パセリ	○親鶏素焼き	ポークブイオン	△人参	煮干しだし	お好み焼きソース(チューブ)	▲人参	▲えのきたけ
	△ねぎ	○豆乳	▲玉ねぎ	○アルファベットマカロニ	▲キャベツ	チキンブイオン	▲白菜	煮干しだし	お好み焼きソース(チューブ)	▲人参	●わかめ
	ポークブイオン	○豆乳クリーム	▲生姜	ポークブイオン	△人参	薄口しょうゆ	▲玉ねぎ	煮干しだし	お好み焼きソース(チューブ)	▲人参	△ねぎ
	チキンブイオン	□でんぷん	▲白菜	チキンブイオン	□砂糖	煮干しだし	▲生姜	煮干しだし	お好み焼きソース(チューブ)	▲人参	薄口しょうゆ
	塩・こしょう	●のり佃煮 1袋	▲玉ねぎ	塩・こしょう	薄口しょうゆ	煮干しだし	▲とうもろこし	煮干しだし	お好み焼きソース(チューブ)	▲人参	塩
	薄口しょうゆ		▲白菜	薄口しょうゆ	煮干しだし	煮干しだし	▲とうもろこし	煮干しだし	お好み焼きソース(チューブ)	▲人参	煮干しだし
	□でんぷん		▲白菜	薄口しょうゆ	煮干しだし	煮干しだし	▲とうもろこし	煮干しだし	お好み焼きソース(チューブ)	▲人参	だし昆布
日	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	
献立	食育の日メニュー ☐紫黒米入りご飯(小) ●牛乳 鯖の南蛮漬け 煮豆 なすのみそ汁	☐ご飯 ●牛乳 麻婆豆腐 蒸ししゅうまい 大根サラダ 中華ドレッシング	兵庫の食メニュー ☐ご飯 かつめし(具) かつめし(たれ) インディアンキャベツ ●牛乳 大根のみそ汁	☐麦ご飯 ●牛乳 じゃがバター炒め	世界パスタデーメニュー ☐コッペパン(個包装) ●牛乳 イタリアンスパゲティ コロッケ りんご	☐ご飯 ●牛乳 さつま芋のかき揚げ すまし汁 ひじき佃煮	☐ご飯 ●牛乳 ポトフ 人参と枝豆のソテー 手作りケーキ(抹茶)	兵庫の食メニュー ☐ご飯(小) ●牛乳 いわしの天ぷら 丹波黒枝豆 ぼたん汁	☐麦ご飯 中華丼(具) ●牛乳 ふーチャンブル ヨーグルト	ハロウィーンメニュー ☐コッペパン(個包装) ●牛乳 鶏肉のチリソース レッドキャベツのコンサラダ 柑橘ドレッシング かぼちゃのポタージュ	きのこレンジャー参上
副食	☐紫黒米	○豚ひき肉	○□豚かつ 1個	☐大麦	☐コッペパン(個包装) 1袋	☐さつま芋	○ミニウインナー	○□いわし天ぷら 1尾	☐大麦	☐コッペパン(個包装) 1袋	
食	☐強化米	酒	■揚げ油	☐強化米	☐加古川パスタ	○いか	▲玉ねぎ	■揚げ油	○鶏肉	○鶏肉	
材	○さくら	▲生姜	□ビーフシチュールウ	○牛肉	○ベーコン	○ちくわ	□じゃが芋	▲黒枝豆(丹波篠山市産)	○豚肉	☐でんぷん	
料	塩・こしょう	○豆腐	デミグラスソース	▲玉ねぎ	○チキンフランクスライス	○ごぼう	▲大根	○猪肉	○生姜	■揚げ油	
	□でんぷん	▲玉ねぎ	△トマトピューレ	△人参	▲玉ねぎ	△人参	△人参	酒	▲白菜	△トマト水煮	
	■揚げ油	▲人参	とんかつソース	▲しめじ	△人参	□小麦粉	△パセリ	○厚揚げ(1cm角)	▲玉ねぎ	▲生姜	
	▲玉ねぎ	▲しいたけ	濃口しょうゆ	▲グリーンピース	▲エリンギ	塩	ポークブイオン	▲大根	△人参	▲にんにく	
	酢・塩	△ねぎ	□砂糖	□ハヤシルウ	△パセリ	■揚げ油	チキンブイオン	▲白菜	△人参	ケチャップ	
	□砂糖	ポークブイオン	▲キャベツ	デミグラスソース	△トマト水煮	○かまぼこ	塩・こしょう	△人参	△人参	チリパウダー	
	薄口しょうゆ	○赤みそ	カレー粉	△トマトピューレ	▲にんにく	○豆腐	薄口しょうゆ	濃口しょうゆ	△人参	酒・濃口しょうゆ	
	○大豆水煮	○みそ	○豆腐	ポークブイオン	■オリーブ油	▲玉ねぎ	薄口しょうゆ	オイスターソース	■油	▲キャベツ	
	●昆布	オイスターソース	○油揚げ	ウスターソース	△トマトピューレ	△人参	煮干しだし	煮干しだし	▲キャベツ	△人参	
	△人参	□砂糖	▲大根	塩・こしょう	ケチャップ	▲えのきたけ	煮干しだし	煮干しだし	▲人参	▲とうもろこし	
	□砂糖	濃口しょうゆ	▲玉ねぎ	■油	とんかつソース	□汁ふ	煮干しだし	煮干しだし	○みそ	柑橘ドレッシング	
	薄口しょうゆ	□でんぷん	△人参	□じゃが芋	塩・こしょう	△ねぎ	煮干しだし	煮干しだし	○赤みそ	○ベーコン	
	煮干しだし	■ごま油	△ねぎ	△パセリ	▲りんご 1切	薄口しょうゆ	煮干しだし	煮干しだし	○みそ	▲玉ねぎ	
	▲なす	○肉しゅうまい 1個	○みそ(志方産)	■豆乳バター	煮干しだし	塩	煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	▲人参	
	○豆腐	中華ドレッシング	煮干しだし		煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	▲キャベツ	
	○油揚げ				煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	△人参	
	▲玉ねぎ				煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	▲かぼちゃ	
	△人参				煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	▲かぼちゃペースト	
	▲えのきたけ				煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	△コンパースト	
	△ねぎ				煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	▲パセリ	
	○みそ				煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	●牛乳	
	煮干しだし				煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	生クリーム	
					煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	チキンブイオン	
					煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	煮干しだし	塩・こしょう	

○印…1群 魚、肉、卵、豆、豆製品 ●印…2群 牛乳・乳製品、小魚、海藻 △印…3群 緑黄色野菜 ▲印…4群 その他の野菜、きのこ、果物 □印…5群 米、麺、芋、砂糖 ■印…6群 油脂 ※印…かみかみメニュー ■…兵庫県産食材

◎物資等の都合により変更する場合があります。◎麦ごはんやわかめごはんなどの主食への混ぜ込み材料は、副食材料欄に記載しています。

給食費引落日：11月2日(月)〔9月分〕★口座への入金をお願いします★

兵庫県マスコットはばタン