給食予定献立表　令和８年１０月　　福崎町給食共同調理センター

１日（木）

こんだて
コッペパン
ぎゅうにゅう
ABCマカロニスープ
ささみカツ
ポテトサラダ

		アレルギー物質
□	コッペパン	麦
○	ぎゅうにゅう	乳
□	マカロニ	麦
△	きゃべつ	
△	たまねぎ	
△	にんじん	
△	ブロッコリー	
○	とうふ	豆
	コンソメ	鶏　豚
	しおこしょう	
	しょうゆ	麦　豆
○	ポテトとおこめの	豆　鶏
	ささみカツ	
□	だいずあぶら	豆
□	じゃがいも	
△	にんじん	
△	とうもろこし	
△	きゅうり	
□	ごまドレッシング	ゴ　豆

２日（金）

ごはん
ぎゅうにゅう
けんちん汁
さばのみそ煮
白菜のおひたし

		アレルギー物質
□	ごはん	
○	ぎゅうにゅう	乳
△	だいこん	
△	にんじん	
△	ごぼう	
○	あぶらあげ	豆
○	とうふ	豆
□	さといも	
△	ねぎ	
	けずりぶし	
	だしこんぶ	
	しょうゆ	麦　豆
	しお	
	みりん	
○	さばのみそに	鯖　豆
△	はくさい	
△	にんじん	
□	さとう	
	しょうゆ	麦　豆
	みりん	

５日（月）

ごはん
ぎゅうにゅう
豆腐のスープ
肉団子の酢豚風
ささみ和え

		アレルギー物質
□	ごはん	
○	ぎゅうにゅう	乳
△	だいこん/にんじん	
○	わかめ	
△	えのきだけ	
△	ねぎ	
○	とうふ	豆
	チキンブイヨン	鶏
	しょうゆ	麦　豆
	しおこしょう	
	とりがらスープ	鶏
○	にくだんご	豆　鶏　豚
□	だいずあぶら	豆
△	たまねぎ/にんじん	
△	たけのこ	
	トマトケチャップ	
□	さとう	
	しょうゆ	麦　豆
	こめず	
□	サラダあぶら	
△	もやし/きゅうり	
△	にんじん	
○	ささみ	鶏
□	さとう	
	しょうゆ	麦　豆
	みりん	
□	ごま	ゴ

６日（火）

コッペパン
ぎゅうにゅう
かぼちゃのポタージュ
照り焼きチキン
ごぼうサラダ

		アレルギー物質
□	コッペパン	麦
○	ぎゅうにゅう	乳
△	かぼちゃ	
△	たまねぎ	
△	にんじん	
△	パセリ	
□	クリームポタージュルウ	乳　麦　豆　豚
○	とうにゅう	豆
	コンソメ	鶏　豚
	しおこしょう	
○	とりにく	鶏
□	さとう	
	しょうゆ	麦　豆
	みりん	
	りょうりしゅ	
□	コーンスターチ	
△	ごぼう	
△	にんじん	
△	きゅうり	
△	とうもろこし	
□	ごまドレッシング	ゴ　豆

７日（水）

ごはん
ぎゅうにゅう
中華丼
きゃべつ入り平つくね
春雨サラダ

		アレルギー物質
□	ごはん	
○	ぎゅうにゅう	乳
△	はくさい	
△	たまねぎ	
△	にんじん	
△	チンゲンサイ	
△	ねぎ	
○	かまぼこ	
△	たけのこ	
○	ぶたにく	豚
□	サラダあぶら	
△	しょうが	
	しおこしょう	
	ラーメンスープ	麦　ゴ　豆
	しょうゆ	麦　豆
	とりがらスープ	鶏
□	でんぷん	
□	ごまあぶら	ゴ
○	きゃべついり	鶏　豚
	ひらつくね	
□	はるさめ	
△	きゅうり	
△	にんじん	
△	もやし	
□	さとう	
	しょうゆ	麦　豆
	こめず	

８日（木）　★目の愛護デー献立

コッペパン　ブルーベリージャム
ぎゅうにゅう
レタススープ
スラッピージョー
ポテトカップグラタン（コーン）

		アレルギー物質
□	コッペパン	麦
□	ブルーベリージャム	
○	ぎゅうにゅう	乳
△	レタス	
△	たまねぎ	
△	にんじん	
○	とうふ	豆
○	わかめ	
	コンソメ	鶏　豚
	しょうゆ	麦　豆
	しおこしょう	
○	あいびきミンチ	牛　豚
	しおこしょう	
	りょうりしゅ	
□	サラダあぶら	
△	たまねぎ	
△	にんじん	
○	だいず	豆
△	トマト	
	トマトケチャップ	
	ウスターソース	
□	さとう	
	しおこしょう	
	コンソメ	鶏　豚
□	コーンスターチ	
□	ポテトカップグラタン（コーン）	豆

９日（金）　★もちむぎ献立

こんだて
ごはん　ぎゅうにゅう
かやくもちむぎ麺
幼）ちくわの磯辺揚げ
小中）れんこんのはさみ揚げ
小松菜のごま和え

		アレルギー物質
□	ごはん	
○	ぎゅうにゅう	乳
○	とりにく	鶏
□	サラダあぶら	
□	もちむぎめん	麦　大麦
△	はくさい	
△	にんじん	
△	ねぎ	
○	かまぼこ	
○	とうふ	豆
	けずりぶし	
	しょうゆ	麦　豆
	みりん	
	しお	
	幼）	
○	ちくわのいそべあげ	麦　豆
	小中）	
○	れんこんのはさみあげ	麦　鶏　豚
□	だいずあぶら	豆
△	こまつな	
△	もやし	
△	にんじん	
□	さとう	
	しょうゆ	麦　豆
	みりん	
□	ごま	ゴ

１２日（月）

スポーツの

１３日（火）

コッペパン
ぎゅうにゅう
ウインナーのスープ煮
ドライカレー
ミックスフルーツ

		アレルギー物質
□	コッペパン	麦
○	ぎゅうにゅう	乳
○	ポークウインナー	豚
△	きゃべつ	
△	にんじん	
△	チンゲンサイ	
△	かぼちゃ	
	コンソメ	鶏　豚
	しおこしょう	
	しょうゆ	麦　豆
○	とりにく	鶏
△	しょうが	
△	にんにく	
	りょうりしゅ	
□	サラダあぶら	
△	たまねぎ	
△	にんじん	
○	だいず	豆
△	トマト	
□	キッズカレールー	麦　り
	カレーこ	
	とりがらスープ	鶏
	ウスターソース	
	しおこしょう	
□	さとう	
△	みかんシロップづけ	
△	パインシロップづけ	
□	りんごゼリー	り

１４日（水）

ごはん
ぎゅうにゅう
鶏じゃが
だし巻きたまご
おかか和え

		アレルギー物質
□	ごはん	
○	ぎゅうにゅう	乳
□	じゃがいも	
△	たまねぎ	
△	にんじん	
△	いんげん	
○	とりにく	鶏
○	あつあげ	豆
△	こんにゃく	
	けずりぶし	
□	さとう	
	しょうゆ	麦　豆
	みりん	
□	サラダあぶら	
○	だしまきたまご	卵　麦　豆　り
△	もやし	
△	きゅうり	
△	にんじん	
○	かつおぶし	
□	さとう	
	しょうゆ	麦　豆
	みりん	

１５日（木）

コッペパン
ぎゅうにゅう
さつまいものシチュー
ボロニアハムステーキ
きゃべつのサラダ

		アレルギー物質
□	コッペパン	麦
○	ぎゅうにゅう	乳
△	たまねぎ	
△	にんじん	
□	さつまいも	
△	パセリ	
○	とりにく	鶏
□	サラダあぶら	
	しおこしょう	
	コンソメ	鶏　豚
□	クリームシチューのもと	乳　麦　豆　鶏　豚
○	とうにゅう	豆
○	ボロニアハム	鶏　豚
△	きゃべつ	
△	きゅうり	
△	にんじん	
△	とうもろこし	
	しそドレッシング	麦　豆

１６日（金）

ごはん
ぎゅうにゅう
もちむぎそうめん汁
そぼろ丼
福崎じゃがいもコロッケ

		アレルギー物質
□	ごはん	
○	ぎゅうにゅう	乳
△	だいこん	
△	にんじん	
△	ねぎ	
△	えのきだけ	
□	もちむぎそうめん	麦　大麦
○	とうふ	豆
	けずりぶし	
	だしこんぶ	
	しょうゆ	麦　豆
	みりん	
	しお	
△	ごぼう	
△	にんじん	
△	いんげん	
○	とりにく	鶏
△	しょうが	
□	サラダあぶら	
	しょうゆ	麦　豆
	みりん	
	りょうりしゅ	
□	さとう	
	かつおだし	
□	じゃがいもコロッケ	麦　豆
□	だいずあぶら	豆

○赤の食品・・体をつくるもの（たんぱくしつ　・むきしつ）　□黄の食品・・熱や力のもとになるもの（たんすいかぶつ・しぼう）　△緑の食品・・体の調子をととのえるもの（ビタミン）

※たまごが含まれる献立名・材料に色を付けています。

※食材等の都合により献立が変更になる場合があります。

※献立表には、給食提供可能な日の全ての献立が掲載されておりますので、各学校・園における給食実施日とは異なる場合があります。

※厚生労働省指定のアレルギー特定原材料の表示は以下のとおりです。　卵：たまご　乳：乳　麦：小麦　蕎：そば　ピ：落花生　エビ：えび　蟹：かに　ア：アーモンド　鮑：あわび　イカ：いか　ら：いくら　オレ：オレンジ　カシ：カシューナッツ　キ：キウイフルーツ　牛：牛肉　く：くるみ　ゴ：ごま　鮭：さけ　鯖：さば　豆：大豆　鶏：鶏肉　バ：バナナ　豚：豚肉　マ：マカダミアナッツ　モモ：もも　芋：やまいも　り：りんご　ゼ：ゼラチン

※アレルギー特定原材料以外で表示するものは以下の通りです。　大麦：大麦・もち麦

１９日（月）　★食育献立

こんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
さつまいものみそ汁
さんまフライ
きんぴらごぼう

こんだてざいりょう

		アレルギー物質
□	ごはん	
○	ぎゅうにゅう	乳
△	たまねぎ	
△	にんじん	
□	さつまいも	
○	あぶらあげ	豆
△	しめじ	
△	ねぎ	
○	とうふ	豆
	けずりぶし	
○	みそ	豆
○	さんまフライ	麦
□	だいずあぶら	豆
△	ごぼう	
△	にんじん	
△	こんにゃく	
△	いんげん	
○	とりにく	鶏
□	さとう	
	しょうゆ	麦　豆
	みりん	
	りょうりしゅ	
□	サラダあぶら	
	かつおだし	

食育献立：秋の味覚を味わおう

２０日（火）

こんだて

コッペパン
ぎゅうにゅう
コーンスープ
鶏肉のトマトソース
フレンチサラダ

こんだてざいりょう

		アレルギー物質
□	コッペパン	麦
○	ぎゅうにゅう	乳
△	たまねぎ	
△	にんじん	
□	じゃがいも	
△	エリンギ	
△	クリームコーン	
△	パセリ	
□	とうもろこしポタージュ	乳　麦　豆　鶏
○	とうにゅう	豆
	コンソメ	鶏　豚
	しおこしょう	
○	グリルチキン	豆　鶏
	トマトケチャップ	
	とんかつソース	り
□	さとう	
	みりん	
△	きゃべつ	
△	きゅうり	
△	にんじん	
□	フレンチドレッシング	

２１日（水）

こんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
マーボー大根
野菜入り肉しゅうまい
わかめの酢の物

こんだてざいりょう

		アレルギー物質
□	ごはん	
○	ぎゅうにゅう	乳
△	たまねぎ	
△	にんじん	
△	だいこん/ねぎ	
△	たけのこ	
○	とうふ	豆
○	とりにく	鶏
△	しょうが/にんにく	
	しおこしょう	
□	サラダあぶら	
○	みそ	豆
□	さとう	
	しょうゆ	麦　豆
	みりん	
	とりがらスープ	鶏
□	でんぷん	
□	ごまあぶら	ゴ
○	やさいいり	麦　豆　鶏　豚
	にくしゅうまい	
△	きゅうり/もやし	
○	わかめ	
△	とうもろこし	
□	さとう	
	しょうゆ	麦　豆
	こめず	

２２日（木）

こんだて

コッペパン
ぎゅうにゅう
ハヤシシチュー
ほうれん草オムレツ
もちむぎ麺サラダ

こんだてざいりょう

		アレルギー物質
□	コッペパン	麦
○	ぎゅうにゅう	乳
△	たまねぎ	
△	にんじん	
□	じゃがいも	
△	エリンギ	
△	しめじ	
	トマトピューレ	
○	ぶたにく	豚
□	サラダあぶら	
□	ハヤシルウ	
	赤ワイン	
	コンソメ	鶏　豚
	ウスターソース	
	しおこしょう	
○	ほうれんそう	卵　麦　豆
	オムレツ	
□	もちむぎめん	麦　大麦
△	きゃべつ	
△	きゅうり	
△	とうもろこし	
△	にんじん	
	しそドレッシング	麦　豆

22日、23日はトライやる献立です。
給食センターに体験に来た中学生が考えてくれました。

２３日（金）

こんだて

ごはん　ぎゅうにゅう
コンソメスープ
照り焼きハンバーグ
さつまいものサラダ
りんごゼリー

こんだてざいりょう

		アレルギー物質
□	ごはん	
○	ぎゅうにゅう	乳
△	たまねぎ	
△	にんじん	
○	とうふ	豆
□	はるさめ	
△	パセリ	
	コンソメ	鶏　豚
	しおこしょう	
	しょうゆ	麦　豆
○	とりのとうふいり	豆　鶏　豚
	ハンバーグ	
□	さとう	
	しょうゆ	麦　豆
	みりん	
	りょうりしゅ	
□	コーンスターチ	
□	さつまいも	
△	にんじん	
△	とうもろこし	
△	えだまめ	豆
□	ごまドレッシング	ゴ　豆
□	りんごゼリー	り

２６日（月）

こんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
鶏肉のすき焼き風煮
里芋コロッケ
ごま酢和え

こんだてざいりょう

		アレルギー物質
□	ごはん	
○	ぎゅうにゅう	乳
○	とりにく	鶏
□	サラダあぶら	
△	はくさい	
△	たまねぎ	
△	にんじん	
△	ねぎ	
○	やきどうふ	豆
△	こんにゃく	
△	えのきだけ	
□	さとう	
	しょうゆ	麦　豆
	みりん	
	けずりぶし	
□	さといもコロッケ	麦　豆　鶏
□	だいずあぶら	豆
△	もやし	
△	きゅうり	
△	にんじん	
□	さとう	
	しょうゆ	麦　豆
	こめず	
□	ごま	ゴ

２７日（火）

こんだて

キャロットパン
ぎゅうにゅう
野菜たっぷりスープ
チキンビーンズ
ツナマヨ和え

こんだてざいりょう

		アレルギー物質
□	コッペパン	麦
□	クリスタルキャロット	豆
○	ぎゅうにゅう	乳
△	たまねぎ/にんじん	
△	はくさい/エリンギ	
□	さつまいも	
	コンソメ	鶏　豚
	しょうゆ	麦　豆
	しおこしょう	
△	たまねぎ	
△	にんじん	
○	とりにく	鶏
	しおこしょう	
□	サラダあぶら	
○	だいず	豆
	トマトケチャップ	
	トマトピューレ	
	りょうりしゅ	
□	さとう	
	とりがらスープ	鶏
	しょうゆ	麦　豆
□	コーンスターチ	
△	きゃべつ	
△	にんじん	
△	とうもろこし	
○	ツナフレーク	豆
□	ノンエッグマヨネーズ	豆

２８日（水）

こんだて

もちむぎごはん
ぎゅうにゅう
ビーフンスープ
焼き肉丼
小松菜のナムル

こんだてざいりょう

		アレルギー物質
□	ごはん	
□	もちむぎせいばく	大麦
○	ぎゅうにゅう	乳
△	はくさい	
△	にんじん/ねぎ	
○	とりつくね	鶏
△	えのきだけ	
□	ビーフン	
	チキンブイヨン	鶏
	しょうゆ	麦　豆
	しおこしょう	
	とりがらスープ	鶏
○	ぶたにく	豚
△	しょうが/にんにく	
□	サラダあぶら	
△	たまねぎ/にんじん	
	トマトケチャップ	
△	りんご	り
○	みそ	豆
□	さとう	
	しょうゆ	麦　豆
	みりん	
	りょうりしゅ	
△	こまつな	
△	もやし	
△	にんじん	
□	さとう	
	しょうゆ	麦　豆
	こめず	

２９日（木）

こんだて

コッペパン
ぎゅうにゅう
ポタージュスープ
白身魚フライ
りっちゃんサラダ

こんだてざいりょう

		アレルギー物質
□	コッペパン	麦
○	ぎゅうにゅう	乳
□	じゃがいも	
△	たまねぎ	
△	にんじん	
△	しめじ	
△	パセリ	
□	クリームポタージュルウ	乳　麦　豆　豚
○	とうにゅう	豆
	コンソメ	鶏　豚
	しおこしょう	
○	しろみざかなフライ	麦　豆
□	だいずあぶら	豆
△	きゃべつ	
△	きゅうり	
△	にんじん	
△	とうもろこし	
○	あじつけこんぶ	豆
○	ささみ	鶏
○	かつおぶし	
□	イタリアンドレッシング	豆

３０日（金）　★ハロウィン献立

こんだて

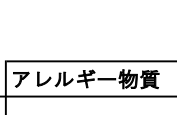
ごはん
ぎゅうにゅう
さつまいもとかぼちゃのカレー
大根サラダ
ハロウィンデザート

こんだてざいりょう

		アレルギー物質
□	ごはん	
○	ぎゅうにゅう	乳
△	かぼちゃ	
△	たまねぎ	
△	にんじん	
□	さつまいも	
△	トマト	
△	りんご	り
○	とりにく	鶏
□	サラダあぶら	
△	しょうが	
△	にんにく	
□	キッズカレールー（甘口）	麦　り
□	キッズカレールー（中辛）	麦　り
	とりがらスープ	鶏
	しおこしょう	
△	だいこん	
△	きゅうり	
△	にんじん	
	しそドレッシング	麦　豆
□	パンプキン	豆
	ババロア	

ハロウィンこんだて

お米と日本人の食



お米は日本人にとって主食であり、古来から神事や祭事において中心となる重要な作物でした。しかし、一人当たりの年間消費量は1962年度をピークに減少しています。もうすぐ新米の時期。お米の大切さを改めて見直してみま

主食としてのご飯のよさ

主食となるご飯は炭水化物が多く含まれ、体や脳を働かせるエネルギー源となり、子どもたちの体の成長に欠かせません。主食としてのご飯には次のような良さがあります。

●どんな料理にも合う!

和洋中、どんな料理にもよく合います。

●腹持ちがよい!

粉でなく粒のため、消化がゆるやかに進みます。

●塩分はゼロ!

パンやめんと違って、食塩を使わずに作れます。

●量の調整がしやすい!

食べる量を自分で考えて柔軟に調整できます。

今月の福崎町産野菜

かぼちゃ（バターナッツかぼちゃ）
さつまいも　きゃべつ

給食の主な材料について、使用予定の産地を福崎町ホームページで公開しています。こちらも合わせてご覧ください。

○赤の食品・・体をつくるもの（たんぱくしつ　・むきしつ）　□黄の食品・・熱や力のもとになるもの（たんすいかぶつ・しぼう）　△緑の食品・・体の調子をととのえるもの（ビタミン）

※たまごが含まれる献立名・材料に色を付けています。

※食材等の都合により献立が変更になる場合があります。

※献立表には、給食提供可能な日の全ての献立が掲載されておりますので、各学校・園における給食実施日とは異なる場合があります。

※厚生労働省指定のアレルギー特定原材料の表示は以下のとおりです。　卵：たまご　乳：乳　麦：小麦　蕎：そば　ピ：落花生　ｴﾋﾞ：えび　蟹：かに　ア：アーモンド　鮑：あわび　ｲｶ：いか　ら：いくら　ｵﾚ：オレンジ　ｶｼ：カシューナッツ　キ：キウイフルーツ　牛：牛肉　く：くるみ　ゴ：ごま　鮭：さけ　鯖：さば　豆：大豆　鶏：鶏肉　バ：バナナ　豚：豚肉　マ：マカダミアナッツ　ﾓﾓ：もも　芋：やまいも　り：りんご　ゼ：ゼラチン

※アレルギー特定原材料以外で表示するものは以下の通りです。　大麦：大麦・もち麦