

① 令和 7 年度 10 月分 献立表詳細

松伏町学校給食センター ほほえみ 中学校

日	10月1日(水)		10月2日(木)		10月3日(金)		10月6日(月)		10月7日(火)		10月8日(水)		
献立名	コッペパン 白菜のクリーム煮 鶏肉のマーマレード焼き グリーンサラダ サウザンドレッシング 飲むヨーグルト(ブルーベリー)		ご飯 牛乳250ml 中華わかめスープ 焼肉カルビ風メンチカツ ビーフン炒め		ご飯(彩のきずな) 牛乳250ml かみなり汁 鯖の塩焼き 根菜のサラダ ソイドレッシング		ご飯 牛乳250ml お月見団子汁 五目玉子焼き 白玉フルーツポンチ		麦ご飯 牛乳250ml きのこカレー 竹輪の磯辺揚げ2個 野菜ソテー		ご飯 牛乳250ml 豚汁 あじフライ 白菜の和え物 和風ドレッシング		
材料名及び分量 (一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)	
	コッペパン	80	米 強化米	100 0.3	米	100	米 強化米	100 0.3	米 麦 強化米	90 10 0.3	米 強化米	100 0.3	
	はくさい	48	牛乳	258	牛乳	258	牛乳	258	牛乳	258	牛乳	258	
	豚肉	36											豆腐
	たまねぎ	42	鶏肉	18	ごぼう	12	鶏肉	12	たまねぎ	48	だいこん	18	
	にんじん	24	わかめ	1	にんじん	18	だいこん	18	にんじん	18	にんじん	9.6	
	しめじ	6	なると	12	さといも	18	こまつな	12	じゃがいも	30	ごぼう	9.6	
	とうもろこし	12	ねぎ	9.6	チンゲンサイ	12	ねぎ	12	しめじ	18	こんにゃく	12	
	米油	0.6	だいこん	24	油揚げ	3.6	みりん風調味料	1.2	エリンギ	6	ねぎ	6	
	バター	0.6	たけのこ	12	ごま油	1.2	水	156	しょうが	0.6	和風だし	0.6	
	ベシャメルソース	13.2	薄口しょうゆ	4.8	白みそ	6	塩	0.36	にんにく	0.6	白みそ	10.8	
	牛乳	66	塩	0.18	赤みそ	4.8	出来上がり量	240	カレールウ甘口	10	水	144	
	生クリーム	6	中華スープ	0.84	和風だし	0.6	出来上がり量	240	カレールウ中辛口	8	出来上がり量	240	
	塩	0.3	ごま	1.8	水	156	五目玉子焼き	62.5	カレー粉	0.1	あじフライ 米油	60 6	
	こしょう	0.02	ごま油	1.2	出来上がり量	240	白玉団子	24	米油	1.2			
	コンソメ	0.6	水	144	塩さば	60	白玉団子(赤)	12	鶏レバー	2.4	はくさい きゅうり にんじん 出来上がり量	55 12 12 48	
	水	36	出来上がり量	240	米油	0.6	カクテルゼリー	24	脱脂粉乳	2.4			
	出来上がり量	240			ソイドレッシング	7.5	パインアップル	24	トマトケチャップ	2.4			
	鶏肉	50	焼肉カルビ風メンチカツ	50	れんこん にんじん だいこん きゅうり 出来上がり量	18 12 18 18 45.6	黄桃	24	ウスターソース	2.4			
	米油	0.5	米油	5			出来上がり量	118	水	90			
	マーマレード	5	ビーフン	8.4			ちくわ 天ぷら粉 あおのり 水 米油	30 10 0.08 12.5 3	出来上がり量	250			
	濃口しょうゆ	4	豚肉	12					キャベツ にんじん ピーマン とうもろこし ハム バター コンソメ 塩 こしょう 出来上がり量	24 9.6 3.6 12 12 0.6 0.18 0.12 0.02 40			
	白ワイン	1.8	もやし	12									
	砂糖	1.2	たまねぎ	18									
	でん粉	0.5	ピーマン	6									
	水	4	しめじ	9.6									
キャベツ	42	中華スープ	0.15										
きゅうり	12	塩	0.05										
もやし	18	こしょう	0.02										
出来上がり量	36	薄口しょうゆ	1.68										
サウザンドレッシング	7.5	オイスターソース	0.6										
飲むヨーグルト (ブルーベリー味)	125	料理酒	1.2										
		ごま油	1.8										
		米油	1.2										
		出来上がり量	53										

① 令和 7 年度 10 月分 献立表詳細

松伏町学校給食センター ほほえみ 中学校

日	10月20日(月)		10月21日(火)		10月22日(水)		10月23日(木)		10月24日(金)		10月27日(月)	
献立名	子どもパン 牛乳250ml パンプキンポタージュ ハンバーグトマトソース ブロッコリーのソテー		麦ご飯 牛乳250ml ポークカレー いかナゲット2個 ひじきとキャベツのサラダ 青じそドレッシング		ご飯 牛乳250ml きのこのみそ汁 ししゃも南蛮漬け2本 切干大根の煮物		地粉うどん 牛乳250ml かき玉うどん お茶蒸しパン 和風和え 和風ドレッシング		ご飯 牛乳250ml トックスープ 餃子3個 生揚げの回鍋肉		ご飯 牛乳250ml 中華団子スープ 鶏肉のチリソース オレンジ	
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	子供パン	60	米	90	米	100	地粉うどん	100	米	100	米	100
			麦	10	強化米	0.3			強化米	0.3	強化米	0.3
	牛乳	258	強化米	0.3			牛乳	258				
					牛乳	258			牛乳	258	牛乳	258
	かぼちゃ	60	牛乳	258			卵	24				
	たまねぎ	24			えのきたけ	12	鶏肉	12	トック	24	肉だんご	24
	米油	1.2	豚肉	36	しめじ	6	にんじん	12	鶏肉	12	はるさめ	3.6
	パセリ	0.06	じゃがいも	36	しいたけ	1.2	ねぎ	18	ねぎ	6	もやし	24
	牛乳	66	たまねぎ	48	なめこ	12	こまつな	12	にんじん	12	にんじん	18
	ポタージュベース	18	にんじん	30	豆腐	36	和風だし	0.72	だいこん	24	チンゲンサイ	18
	生クリーム	6	グリンピース	3.6	こまつな	12	濃口しょうゆ	10.8	にら	6	しいたけ	0.6
	塩	0.12	脱脂粉乳	2.4	白みそ	4	塩	0.72	濃口しょうゆ	4.2	でん粉	1.8
	水	84	トマトケチャップ	2.4	赤みそ	6	みりん風調味料	4.8	中華スープ	0.84	濃口しょうゆ	3.6
	出来上がり量	240	ウスターソース	2.4	和風だし	0.6	でん粉	4.8	塩	0.6	中華スープ	0.84
			カレールウ甘口	10	水	144	水	168	こしょう	0.01	塩	0.36
	ハンバーグ(バラ凍)	50	カレールウ中辛口	8	出来上がり量	240	出来上がり量	240	ごま油	1.2	こしょう	0.02
	米油	0.5	カレー粉	0.1					水	150	米油	0.6
	トマト	7.2	ガラムマサラ	0.05	ししゃもでん粉付き	40	蒸しパンミックス	25	ごま	0.84	ごま油	0.6
	トマトケチャップ	6.3	にんにく	0.36	米油	4	水	16.25	出来上がり量	225	水	156
	たまねぎ	6	鶏レバー	2.4	濃口しょうゆ	6	米油	0.62			出来上がり量	234
	にんにく	1	米油	1.2	砂糖	4.8	甘納豆	6.25	餃子	51		
	オリーブオイル	0.46	水	108	穀物酢	6.24	お茶パウダー	0.11	米油	0.51	鶏肉	60
	砂糖	0.23	出来上がり量	240	ごま油	0.36	エンボス手袋	1			米油	0.6
	赤ワイン	0.18			ねぎ	3.6			豚肉	18	ねぎ	14.4
	水	4.5	いかナゲット	40	にんにく	0.26	だいこん	24	生揚げ	30	しょうが	0.96
			米油	0.4	しょうが	0.26	キャベツ	18	キャベツ	30	にんにく	0.96
	ブロッコリー	36			ごま	1.2	きゅうり	18	にんじん	12	トマトケチャップ	4.8
	キャベツ	12	干しひじき	1.2			にんじん	6	ピーマン	6	トマトピューレ	3.6
	ショルダーベーコン	6	キャベツ	30	切干しだいこん	7.2	出来上がり量	43	しょうが	0.12	濃口しょうゆ	1.8
	オリーブオイル	0.36	えのきたけ	12	にんじん	9.6			テンメンジャン	1.2	料理酒	0.96
	コンソメ	0.06	にんじん	12	油揚げ	3.6	和風ドレッシング	7.5	料理酒	0.6	砂糖	1.44
	塩	0.18	出来上がり量	43	米油	0.6			薄口しょうゆ	2.4	中華スープ	0.08
	こしょう	0.02	青じそドレッシング	7.5	砂糖	0.84			中華スープ	0.6	豆板醤	0.1
	出来上がり量	50			料理酒	0.96			こしょう	0.01	米油	0.6
					みりん風調味料	0.96			でん粉	0.96	でん粉	0.6
					濃口しょうゆ	3.6			水	0.96	水	0.6
					和風だし	0.3			米油	1.2	出来上がり量	105.3
					水	24			ごま油	0.24		
					出来上がり量	53			出来上がり量	80	オレンジ	75

松伏町学校給食センター ほほえみ 中学校

松伏町学校給食センター ほほえみ 中学校