



令和8年10月分 学校給食予定献立表

小学校

《 21 回 》

松伏町学校給食センター ほほえみ

日	曜	こんだてめい	えいようりょう		しょくひんめい		
			エネルギー Kカロリー	たんぱく しつ g	力 や 熱 の も と に な る の 食 品	血 や 肉 を つ く る あ か の 食 品	体 の ち ょ う し を と と の え る み ど り の 食 品
1	木	むぎごはん きゅうにゅう とうふのあんかけどん ごもくたまごやき きんぴらごぼう	 645	32.4	こめ むぎ でんぷん さとう ごま ごまあぶら こめあぶら	ぎゅうにゅう とうふ えび さつまあげ ぶたにく とりにく ごもくたまごやき	こんにゃく ごぼう しょうが たまねぎ にんじん ほうれんそう えのきたけ しいたけ しめじ
2	金	ごはん（さいのきすな）ぎゅうにゅう みそキムチスープ あげぎょうざ2こ はるさめのサラダ ちゅうかドレッシング	594	21.5	こめ はるさめ こめあぶら	ぎゅうにゅう とうふ とりにく ぎょうざ	キャベツ きゅうり しょうが チンゲンサイ にら にんじん ねぎ キムチ きくらげ
5	月	しょくパン いちごジャム さつまいものクリームシチュー とりにくのレモンソース やさいソテー のむヨーグルト（マスカット）	 606	31.9	しょくパン さつまいも でんぷん さとう いちごジャム オリーブオイル こめあぶら	ぶたにく ショルダーベーコン とりにく ぎゅうにゅう だっしふんにゅう なまクリーム のむヨーグルトマスカット ベシャメルソース	キャベツ たまねぎ にんじん にんにく きピーマン ブロッコリー レモン マッシュルーム
6	火	ごはん きゅうにゅう きのこのみそしる ししゃもなんばんづけ3ねんから2ほん にびたし	628	27.9	こめ さとう ごま ごまあぶら こめあぶら	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ かつおぶし ししゃもでんぷんつき かまぼこ	しょうが たまねぎ にんじん にんにく ねぎ はくさい ほうれんそう えのきたけ しいたけ しめじ なめこ
7	水	むぎごはん きゅうにゅう ちゅうかどん ほうれんそうまんじゅう オレンジ	 595	25.1	こめ むぎ でんぷん さとう ごまあぶら こめあぶら	ぎゅうにゅう いか なんと とりにく うずらたまご	しょうが たけのこ たまねぎ チンゲンサイ にんじん はくさい オレンジ きくらげ ほうれんそうまんじゅう
8	木	じごなうどん きゅうにゅう ごもくうどん だいがくいも2こ きりぼしだいこんのあえもの ソイドレッシング	666	24.3	じごなうどん さつまいも でんぷん さとう ごま こめあぶら	ぎゅうにゅう わかめ なんと ぶたにく	きゅうり ごぼう きりぼしだいこん にんじん ねぎ ほうれんそう
9 ★	金	むぎごはん きゅうにゅう さばとまめのカレー ほうれんそうとエリンギのソテー ブルーベリーゼリー	 641	24.9	こめ むぎ じゃがいも こめあぶら バター ブルーベリーゼリー カレールウ	ぎゅうにゅう だいず さばみずし ハム とりレバー	キャベツ しょうが たまねぎ とうもろこし トマト にんじん にんにく ほうれんそう エリンギ
13	火	ごはん きゅうにゅう さつまじる ハンバーグおろしソース たくあんとキャベツのあえもの	631	26.6	こめ さつまいも ごま こめあぶら	ぎゅうにゅう とうふ ハンバーグ	キャベツ きゅうり ごぼう だいこん たくあん にんじん ねぎ
14	水	あげパン（きなこ） きゅうにゅう ポトフ ペンネアラビアータ	 631	25.8	コッペパン こめあぶら さとう ペンネマカロニ じゃがいも オリーブオイル	きなこ きゅうにゅう ショルダーベーコン とりにく	キャベツ だいこん たまねぎ トマト にんじん にんにく しめじ パセリ
15	木	ごはん きゅうにゅう ちゅうかだんごスープ すぶた レモンむしパン	650	23.2	こめ でんぷん はるさめ さとう ごまあぶら こめあぶら レモンむしばん	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにくだんご	たけのこ たまねぎ チンゲンサイ にんじん ピーマン もやし しいたけ
16	金	ひじきごはん きゅうにゅう やさいのみそしる あじのしおこうじやき ごまあえ ごまクリーミードレッシング ヨーグルト	 625	35.0	こめ こめあぶら さとう	ひじき とりにく だいず ぎゅうにゅう なまあげ あじしおこうじづけ ヨーグルト	こんにゃく にんじん こまつな だいこん たまねぎ はくさい ほうれんそう もやし
19	月	ごはん（さいのきすな） きゅうにゅう トックスープ とりにくのチリソース チャプチェ	616	30.6	こめ トック はるさめ さとう ごま ごまあぶら こめあぶら	ぎゅうにゅう いか ぶたにく とりにく	しょうが だいこん たまねぎ チンゲンサイ にら にんじん にんにく ねぎ もやし しいたけ
20	火	ナン きゅうにゅう キーマカレー カニクリームコロッケ ビタミンサラダ イタリアンドレッシング	 683	28.5	ナン じゃがいも こめあぶら カレールウ カニクリームコロッケ	ぎゅうにゅう ぶたにく だっしふんにゅう	さやいんげん キャベツ きゅうり たまねぎ とうもろこし トマト にんじん にんにく あかピーマン
21	水	ごはん きゅうにゅう すきやきふうに さばのしおやき のりふうみあえ きざみのり・しょうゆ	659	32.6	こめ さとう こめあぶら	ぎゅうにゅう やきどうふ のり しおさば ぶたにく	こんにゃく キャベツ きゅうり にんじん ねぎ はくさい もやし しめじ
22	木	じごなうどん きゅうにゅう かきたまうどん おこのみさつまあげ さといものそぼろに	637	29.2	じごなうどん さといも でんぷん さとう こめあぶら	ぎゅうにゅう おこのみさつまあげ ぶたにく とりにく たまご	こまつな にんじん ねぎ はくさい
23	金	ごはん きゅうにゅう はるさめスープ しゅうまい2こ チンジャオロースー	628	25.9	こめ でんぷん はるさめ さとう ごまあぶら こめあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	たけのこ チンゲンサイ にんじん ピーマン あかピーマン もやし しいたけ しゅうまい
26	月	むぎごはん きゅうにゅう ハヤシライス ひじきとキャベツのサラダ サウザンドレッシング	 619	20.5	こめ むぎ じゃがいも こめあぶら ハヤシルウ デミグラスソース	ぎゅうにゅう ひじき ぶたにく	グリーンピース キャベツ しょうが たまねぎ トマト にんじん にんにく えのきたけ
27	火	ごはん きゅうにゅう とんじる さけフライ こんさいのさっぱりいため ソース	650	27.8	こめ じゃがいも さとう ごま ごまあぶら こめあぶら	ぎゅうにゅう さけフライ ぶたにく	こんにゃく えだまめ ごぼう だいこん きりぼしだいこん にんじん ねぎ れんこん
28	水	ごはん きゅうにゅう しらたまじる ぶたにくのごまてりやき きぬあげのみそいため	686	31.3	こめ しらたまだんご でんぷん さとう ごま こめあぶら	ぎゅうにゅう きぬあげ なんと さつまあげ ぶたにく とりにく	こんにゃく ごぼう こまつな しょうが だいこん にんじん ねぎ ピーマン しいたけ
29	木	ちゅうかめん きゅうにゅう とんこつラーメン おにまん だいこんのナムル ナムルドレッシング	667	24.8	ちゅうかめん ごま こめあぶら おにまん	ぎゅうにゅう ぶたにく	しょうが だいこん メンマ チンゲンサイ にんじん ねぎ もやし えのきたけ きくらげ
30 ★	金	バターライス きゅうにゅう まめとかぼちゃのクリームソース キャベツのガーリックソテー クレープセレクト（いちご・チョコ）	 675	24.5	こめ バター オリーブオイル こめあぶら ホワイトルウ	ぎゅうにゅう だいず ショルダーベーコン とりにく なまクリーム こなチーズ ベシャメルソース クレープ（いちご・チョコ）	パセリ かぼちゃ キャベツ たまねぎ にんにく ブロッコリー しめじ
へいきんえいようりょう			640	27.3	※ 毎月19日は「食育の日」です。 ※ 献立は、材料の都合により変更することがありますので、あらかじめご了承ください。 ※（★）印の日に、放送用資料があります。 ※「はし」は毎日清潔なものを持ってきましょう。 ※「スプーン」は  印のついた日に持ってきましょう。		
ひょうじゅんりょう			650	26.8			



●松伏町学校給食 食物アレルギー等対応について

松伏町では食物アレルギー等の対応として、下記の資料を提供しております。

(松伏町HPに掲載しています)

- 1 献立表詳細(給食材料が詳細に記載された献立表)
- 2 松伏町商品規格書(使用原材料名・特定原材料・特定原材料に準ずるものが記載されている規格書)
 - ・加工食品等に含まれる使用原材料は全てが表示されているわけではありません。
 - ・学校給食では、コンタミネーション(食品を製造する際に、原材料としては使用していないが、アレルギーを含む他の製品と同じ製造ラインを使用することにより、意図せずアレルギー物質が微量に混入してしまうこと)等は避けられません。
 - ・丸ごと食べられる魚やその他の魚に関して、魚卵を含む場合があります。また、小魚や海そうには、えび・かに等を含む場合があります。
 - ・同じ献立名でも、使用する月により製造業者が変更になります。必ず、該当月の食物アレルギー対応資料で確認してください。

●給食センターで調理及び洗浄する際のコンタミネーションや留意点について

- 1 給食センター内は、多数の食品を扱うため、アレルギー物質のコンタミネーションが起こりうる環境です。コンタミネーションを防止することは困難であることをご理解ください。
- 2 揚げ油はろ過して数回使用しているため、アレルギー物質を含む食品及び加工食品も調理しています。
- 3 都合により、献立及び使用食品の変更をすることがあります。
- 4 食器や調理に使う器具の洗浄について、微量の洗い残し、鉄板の焼き付きやこびりつきなどがあり、完全な除去はできません。

◎特定原材料(8品目)

えび・かに・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生

◎特定原材料に準ずるもの(20品目)

アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・マカダミアナッツ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン