

令和5年10月分

中学校給食献立表（Ｂブロック）

第一中学校・庭窪中学校・八雲中学校・梶中学校・
大久保中学校・錦中学校・樟風中学校

実施日	立	名	品	実施日	立	名	品
10/2月	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 春巻 えびとチンゲン菜の和え物 オレンジゼリー	【米 【豚挽肉、豆腐、玉葱、青ねぎ、しょうが、ごま油、赤みそ、濃口しょうゆ、中華スープ、トウバンジャン、砂糖、片栗粉 【春巻、あげ油 【えび、チンゲン菜、人参、濃口しょうゆ、みりん 【オレンジゼリー		10/18水	いもごはん 牛乳 さんまのかば焼き風 五目煮 白菜とほうれん草のおかか和え みそ汁	【米、さつまいも、食塩 【さんま開き（澱粉付）、あげ油、濃口しょうゆ、砂糖、みりん 【鶏肉、大豆、ちくわ、こんにやく、人参、さやいんげん、砂糖、濃口しょうゆ、淡口しょうゆ、削り節 【白菜、ほうれん草、かつお節、濃口しょうゆ、みりん 【うす揚げ、えのきたけ、干若布、赤みそ、白みそ、削り節、だし昆布	
10/3火	ごはん 牛乳 ポトフ 肉だんご いか入りドレッシング和え コンソメスープ	【米 【鶏肉、ウインナー、じゃが芋、キャベツ、玉葱、人参、にんにく、油、淡口しょうゆ、コンソメ、食塩、こしょう 【肉だんご 【いか、キャベツ、きゅうり、人参、米酢、濃口しょうゆ、砂糖、オリーブ油 【玉葱、人参、コンソメ、食塩、こしょう		10/19木	ごはん 牛乳 きのこソースハンバーグ えび入りマカロニソテー 野菜のマリネ 具だくさんスープ	【米 【ハンバーグ、油、玉葱、エリンギ、しめじ、ハヤシルウ、ケチャップ、砂糖 【えび、ペンネ、玉葱、人参、にんにく、こしょう、コンソメ、オリーブ油 【きゅうり、玉葱、人参、セロリー、オリーブ油、淡口しょうゆ、米酢、砂糖、食塩 【ハム、キャベツ、人参、じゃが芋、コンソメ、食塩、こしょう	
10/4水	ごはん 牛乳 いわしの天ぷら 筑前煮 きゅうりとツナの和え物 みそ汁	【米 【いわし、天ぷら粉、あげ油、食塩 【鶏肉、こんにやく、人参、れんこん、ごぼう、絹さや、濃口しょうゆ、砂糖、酒、削り節 【ツナ、きゅうり、えのきたけ、濃口しょうゆ、みりん 【白菜、しめじ、干若布、白みそ、赤みそ、削り節、だし昆布		10/20金	ごはん 牛乳 豚キムチ炒め 春雨チャプチェ もやしのナムル 中華スープ	【米 【豚肉、つきこんにやく、白菜、キムチ、ニラ、白ごま、油、濃口しょうゆ、酒、食塩、こしょう 【豚挽肉、春雨、人参、ニラ、白ごま、ごま油、濃口しょうゆ、砂糖、中華スープ 【もやし、きゅうり、人参、ごま油、淡口しょうゆ、中華スープ 【チンゲン菜、菊、干椎茸、中華スープ、食塩、こしょう	
10/5木	ロールパン 牛乳 焼きそば コロッケ 白菜のサラダ コンソメスープ	【ロールパン 【豚肉、いか、焼きそば、キャベツ、太もやし、人参、油、ウスターソース、とんかつソース、塩、こしょう 【コロッケ、あげ油 【白菜、きゅうり、人参、コーン、かつお節、淡口しょうゆ、オリーブ油、米酢、食塩 【ハム、玉葱、エリンギ、コンソメ、食塩、こしょう		10/23月	ごはん 牛乳 鶏肉のから揚げ 野菜炒め 白菜の和え物 みそ汁	【米 【鶏肉、しょうが、濃口しょうゆ、酒、砂糖、からあげ粉、小麦粉、あげ油 【豚肉、キャベツ、太もやし、人参、油、中華スープ、食塩、こしょう 【白菜、コーン、えのきたけ、濃口しょうゆ、みりん、削り節 【大根、青ねぎ、白みそ、赤みそ、削り節、だし昆布	
10/6金	中華風おこわ 牛乳 鶏肉の中華風天ぷら 切干大根の煮物 もやしの和え物 中華スープ	【米、もち米、枝豆、人参、白ねぎ、干椎茸、油、濃口しょうゆ、中華スープ、淡口しょうゆ、みりん、酒、食塩 【鶏肉、にんにく、しょうが、濃口しょうゆ、酒、砂糖、ごま油、食塩、こしょう、天ぷら粉、あげ油 【うす揚げ、切干大根、人参、さやいんげん、濃口しょうゆ、砂糖、みりん、削り節 【もやし、きゅうり、人参、米酢、淡口しょうゆ、砂糖、食塩 【チンゲン菜、人参、中華スープ、食塩、こしょう		10/24火	ごはん 牛乳 えびと豆腐の中華炒め 揚げぎょうざ チンゲン菜の中華和え わかめスープ	【米 【豚肉、えび、豆腐、玉葱、しめじ、人参、青ねぎ、しょうが、干椎茸、油、中華スープ、濃口しょうゆ、淡口しょうゆ、砂糖、食塩、トウバンジャン、ごま油、片栗粉 【ぎょうざ、あげ油 【ちくわ、チンゲン菜、ごま油、濃口しょうゆ、食塩、こしょう 【玉葱、コーン、干若布、白ごま、中華スープ、食塩、こしょう	
10/10火	ツイストパン 牛乳 かぼちゃのクリームシチュー ミンチカツ フレンチサラダ マンゴー缶	【ツイストパン 【鶏肉、玉葱、かぼちゃ、人参、ホワイトルウ、牛乳、砂糖、食塩、こしょう 【ミンチカツ、あげ油 【キャベツ、きゅうり、コーン、人参、米酢、オリーブ油、砂糖、濃口しょうゆ、食塩、こしょう 【マンゴー缶		10/25水	ごはん 牛乳 豚肉のバーベキューソース炒め カントリーポテト じゃこビーマン コンソメスープ	【米 【豚肉、キャベツ、玉葱、人参、にんにく、油、ケチャップ、ウスターソース、りんごビュレ、粒マスタード、砂糖、じゃが芋、あげ油 【粉チーズ、食塩、こしょう 【ちりめんじゃこ、ビーマン、ごま油、砂糖、みりん、とうがらし、濃口しょうゆ 【白菜、人参、コンソメ、食塩、こしょう	
10/11水	ごはん 牛乳 さばの煮付 鶏肉と大根の煮物 白菜のおひたし みそ汁	【米 【さば、しょうが、濃口しょうゆ、砂糖、酒、みりん 【鶏肉、大根、淡口しょうゆ、砂糖、濃口しょうゆ、酒、みりん、削り節 【白菜、人参、えのきたけ、濃口しょうゆ、みりん、削り節 【おつゆ麩、玉葱、青ねぎ、白みそ、赤みそ、削り節、だし昆布		10/26木	ごはん 牛乳 さけの塩焼き きんぴらごぼう ほうれん草のごま和え きのこ汁	【米 【さけ、酒、食塩、油 【ちくわ、つきこんにやく、ごぼう、人参、白ごま、ごま油、濃口しょうゆ、砂糖、淡口しょうゆ、みりん、削り節 【ほうれん草、白菜、人参、白ごま、濃口しょうゆ、みりん 【さつま芋、しめじ、えのきたけ、青ねぎ、白みそ、赤みそ、削り節、だし昆布	
10/12木	ごはん 牛乳 タッカルビ風 しゅうまい きゅうりとわかめの酢の物 中華スープ	【米 【鶏肉、キャベツ、玉葱、人参、ニラ、コチジャン、濃口しょうゆ、砂糖、油 【しゅうまい 【きゅうり、干若布、米酢、砂糖、淡口しょうゆ、食塩 【豆腐、チンゲン菜、干椎茸、中華スープ、食塩、こしょう		10/27金	ごはん 牛乳 みそおでん ひじきの炒め煮 白菜とうす揚げの和え物 すし汁	【米 【鶏肉、平天、こんにやく、大根、じゃが芋、人参、さやいんげん、白みそ、砂糖、濃口しょうゆ、削り節 【豚肉、つきこんにやく、人参、ひじき、油、濃口しょうゆ、砂糖、みりん、削り節 【うす揚げ、白菜、えのきたけ、濃口しょうゆ、みりん、削り節 【おつゆ麩、干若布、淡口しょうゆ、みりん、食塩、削り節、だし昆布	
10/13金	しらす入りひじきごはん 牛乳 肉じゃが かきあげ 白菜の甘酢和え みそ汁	【米、ひじきごはんの素 【牛肉、じゃが芋、玉葱、人参、糸こんにやく、さやいんげん、削り節、濃口しょうゆ、砂糖、淡口しょうゆ 【玉葱、人参、さやいんげん、小麦粉、あげ油、食塩 【うす揚げ、白菜、米酢、砂糖、濃口しょうゆ、みりん 【大根、干若布、赤みそ、白みそ、削り節、だし昆布		10/30月	ごはん 牛乳 ホークピーンズ いかりンクフライ ツナ、ごぼう、人参、きゅうり、コーン、食塩、こしょう、マヨネーズ ごぼうマヨサラダ コンソメスープ	【米 【鶏肉、大豆、玉葱、人参、じゃが芋、マッシュルーム、トマト缶、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、コンソメ、こしょう 【いかりンクフライ、あげ油 【ツナ、ごぼう、人参、きゅうり、コーン、食塩、こしょう、マヨネーズ 【小松菜、玉葱、人参、コンソメ、食塩、こしょう	
10/16月	ごはん 牛乳 豚肉と野菜のみそ炒め ビーフンソテー 大根サラダ 白菜スープ	【米 【豚肉、キャベツ、チンゲン菜、人参、にんにく、油、白みそ、赤みそ、酒、濃口しょうゆ、砂糖 【ちくわ、ビーフン、ニラ、人参、ごま油、淡口しょうゆ、中華スープ、食塩、こしょう 【ツナ、大根、きゅうり、かつお節、いりごま、米酢、濃口しょうゆ、ごま油、砂糖 【白菜、人参、青ねぎ、干椎茸、淡口しょうゆ、中華スープ、食塩、こしょう		10/31火	ごはん 牛乳 豚肉と厚揚げの炒め物 ちくわの磯辺揚げ キャベツとツナの和え物 みそ汁	【米 【豚肉、厚揚げ、玉葱、チンゲン菜、人参、油、濃口しょうゆ、砂糖、みりん 【ちくわ、天ぷら粉、青のり、食塩、あげ油 【ツナ、キャベツ、えのきたけ、濃口しょうゆ、みりん 【キャベツとツナの和え物 【えのきたけ、青ねぎ、干若布、白みそ、赤みそ、削り節、だし昆布	
10/17火	ごはん 牛乳 カレーライス カマンベールチーズコロッケ ブロッコリーサラダ 黄桃缶	【米 【牛肉、玉葱、人参、トマト缶、にんにく、油、カレールウ、食塩 【カマンベールチーズコロッケ、あげ油 【ブロッコリー、キャベツ、きゅうり、コーン、人参、米酢、オリーブ油、砂糖、濃口しょうゆ、食塩、こしょう 【黄桃缶					

※食品のアレルゲンについてご質問がございましたら、守口市教育委員会事務局 教育部 保健給食課 までお問い合わせください。 TEL 06-6995-3156