令和7年度 10月分小学校予定献立表(詳細)

No.2

西	10月13日(月)	西	10月15日(水)	西	10月16日(木)	西	10月17日(金)	西	10月14日(火)						
東	10月13日(月)	東	10月14日(火)	東	10月15日(水)	東	10月16日(木)	東	10月17日(金)						
スポーツの日	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206						
	ご飯	白飯	75	ご飯	ドライカレー	75	パン	コッペパン	50						
	中華わかめスープ	鶏むね肉 わかめ 玉葱 白菜 小松菜 とうもろこし 中華用スープストック 白こしょう 醤油 食塩 白炒りごま 水	12 0.5 15 15 10 10 1 0.02 1.5 0.4 0.8 130	アルファベットスープ	鶏むね肉 マカロニ 人参 じゃが芋 玉葱 小松菜 スープストック 食塩 白こしょう 水	15 6 20 20 15 10 1 0.4 0.02 130	ミートビーンズ	大豆 豚肩肉 大豆ミート 玉葱 人参 しめじ ひよこ豆 さやいんげん にんにく ホールトマト(缶詰) トマトケチャップ 砂糖 コンソメ	30 15 2 30 15 5 10 10 0.1 15 10 0.3 0.8	ご飯	白飯	75			
	揚物	春巻 なたね白絞油	50 5	ベジタブルソテー	レバー入りウインナー 人参 しめじ キャベツ さやいんげん にんにく コンソメ 醤油 食塩 なたね油	12 8 5 22 8 0.2 0.15 0.4 0.1 0.3	焼物	白こしょう 食塩 なたね油 水	0.02 0.5 0.5 55	焼物	メンチカツ 中濃ソース	60 2.5			
	生揚げの中華炒め	豚肩肉 大豆ミート 人参 生揚げ 赤ピーマン 緑豆もやし 砂糖 中華用スープストック 赤味噌 醤油 でん粉 豆板醤 なたね油 水	15 3 5 20 5 10 0.8 0.2 2.4 1 1 0.08 0.3 10	生揚げのみそ汁	鶏むね肉 生揚げ 人参 キャベツ じゃが芋 小松菜 白味噌 赤味噌 かつおだし 水	10 20 10 15 15 10 4 4 1 110	シザーサラダ	ハッシュドポテト キャベツ 人参 ホールコーン(缶詰) シーザーサラダ ドレッシング	60 30 10 10 6 10	じゃがいもの炒め煮	鶏むね肉 じゃが芋 人参 こんにゃく 椎茸(水煮) さやいんげん 生姜 和風だし 酒 砂糖 醤油 食塩 なたね油 水	10 20 5 10 3 5 0.1 0.1 0.8 1.5 1.5 0.1 0.3 5			
	西	10月21日(火)	西	10月22日(水)	西	10月23日(木)	西	10月24日(金)	西	10月20日(月)					
	東	10月20日(月)	東	10月21日(火)	東	10月22日(水)	東	10月23日(木)	東	10月24日(金)					
	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206			
	きのこうどん	地粉うどん	80	ご飯	白飯	75	ご飯	白飯	75	パン	子供パン	50			
	鶏むね肉 刻み油揚げ しめじ 舞茸 えのき茸 山菜(水煮) 長葱 小松菜 酒 砂糖 みりん 醤油 食塩 かつおだし 水	ワンタン 豚肩肉 人参 緑豆もやし 長葱 青梗菜 中華用スープストック 醤油 白こしょう 食塩 ごま油 水	20 5 5 5 7 15 15 0.5 0.3 1.5 5 0.6 1.5 130	生揚げのみそ汁	鶏むね肉 生揚げ 人参 キャベツ じゃが芋 小松菜 白味噌 赤味噌 かつおだし 水	10 20 10 15 15 10 4 4 1 110	カレースープ	ベーコン あさり(むき身冷凍) ひよこ豆 人参 玉葱 じゃが芋 ブロッコリー カレールー コンソメ カレー粉 白こしょう 食塩 なたね油 水	10 4 10 10 20 20 7 3 1 0.04 0.02 0.4 0.5 100	ご飯	白飯	75			
	揚物	さつまいももち なたね白絞油	40 4	蒸物	肉団子の甘酢あんかけ (1・2年1個、3年以上2個)	60	炒め物	さやいんげん 豚もも肉 白滝 生姜 和風だし 醤油 なたね油	20 15 20 0.2 0.1 2 0.3	焼物	ミラノ風チキンカツレツ なたね白絞油	50 5	シルバーサラダ	春雨 人参 きゅうり キャベツ 食塩 白こしょう エッグケア	5 5 10 10 0.1 0.01 7
	ごぼうサラダ	ごぼう 人参 大根 きゅうり 白炒りごま 和風合わせドレッシング	15 5 15 15 0.6 6	イカの五目炒め	いか 刻み油揚げ キャベツ 赤ピーマン 椎茸(水煮) 竹の子 オイスターソース 醤油 白こしょう 食塩 なたね油 ごま油	15 5 20 5 5 10 0.5 0.3 0.01 0.2 0.3 0.2	卵ときくらげの炒め物	鶏むね肉 青梗菜 人参 玉葱 炒り卵 きくらげ なたね油 食塩 白こしょう 中華用スープストック オイスターソース	10 20 5 10 10 1.3 0.3 0.2 0.01 0.1 0.4	デザート	いちごみかんのゼリー	40			