

中学校給食予定献立表
令和6年(2024年)10月(Ｃ献立)

お問い合わせ
(0843)-9101 学校給食課

＜食品名の右にある「○・▲・●」の記号について＞

○小麦粉・卵・牛乳に表記

▲当月分の「中学校給食用半製品・加工品の配合表」に記載している食品

●当年度分の「中学校給食用パン及び年間使用食品の配合表」に記載している食品

6つの食品群

- 1群・・・たんぱく質が多く、おもに鶏肉や魚油になる食品
- 2群・・・カルシウムが多く、骨や歯をつくる食品
- 3群・・・色の濃い野菜でビタミン、ミネラルが多い食品
- 4群・・・色の濃い野菜や果物でビタミン、ミネラルが多い食品
- 5群・・・緑黄いもで炭水化物が多い食品
- 6群・・・油揚げ食品で脂質が多い食品

材料および献立名は都合により変更することがあります。

実施 日	献立名	食品名										実施 日	献立名	食品名										実施 日	献立名	食品名										実施 日	献立名	食品名									
		数量 (g)	食品 群	数量 (g)	食品 群	数量 (g)	食品 群	数量 (g)	食品 群	数量 (g)	食品 群			数量 (g)	食品 群	数量 (g)	食品 群	数量 (g)	食品 群	数量 (g)	食品 群	数量 (g)	食品 群			数量 (g)	食品 群	数量 (g)	食品 群	数量 (g)	食品 群	数量 (g)	食品 群	数量 (g)	食品 群			数量 (g)	食品 群								
10 月 1 日 (火)	ごはん 塩梅茶づけ(納入)	茶	100	5	茶	100	5	茶	100	5	茶	100	5	茶	100	5	茶	100	5	茶	100	5	茶	100	5	茶	100	5	茶	100	5	茶	100	5	茶	100	5										
		○牛乳	1本	2	○牛乳	1本	2	○牛乳	1本	2	○牛乳	1本	2	○牛乳	1本	2	○牛乳	1本	2	○牛乳	1本	2	○牛乳	1本	2	○牛乳	1本	2	○牛乳	1本	2	○牛乳	1本	2	○牛乳	1本	2										
		鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1										
		○卵	20	1	○卵	20	1	○卵	20	1	○卵	20	1	○卵	20	1	○卵	20	1	○卵	20	1	○卵	20	1	○卵	20	1	○卵	20	1	○卵	20	1	○卵	20	1										
		人参	5	4	人参	5	4	人参	5	4	人参	5	4	人参	5	4	人参	5	4	人参	5	4	人参	5	4	人参	5	4	人参	5	4	人参	5	4	人参	5	4										
		きゅうり	5	4	きゅうり	5	4	きゅうり	5	4	きゅうり	5	4	きゅうり	5	4	きゅうり	5	4	きゅうり	5	4	きゅうり	5	4	きゅうり	5	4	きゅうり	5	4	きゅうり	5	4	きゅうり	5	4										
		水菜	5	3	水菜	5	3	水菜	5	3	水菜	5	3	水菜	5	3	水菜	5	3	水菜	5	3	水菜	5	3	水菜	5	3	水菜	5	3	水菜	5	3	水菜	5	3										
		しょうが	0.5	4	しょうが	0.5	4	しょうが	0.5	4	しょうが	0.5	4	しょうが	0.5	4	しょうが	0.5	4	しょうが	0.5	4	しょうが	0.5	4	しょうが	0.5	4	しょうが	0.5	4	しょうが	0.5	4	しょうが	0.5	4										
		にんにく	0.1	4	にんにく	0.1	4	にんにく	0.1	4	にんにく	0.1	4	にんにく	0.1	4	にんにく	0.1	4	にんにく	0.1	4	にんにく	0.1	4	にんにく	0.1	4	にんにく	0.1	4	にんにく	0.1	4	にんにく	0.1	4										
		塩いりたまご	2	6	塩いりたまご	2	6	塩いりたまご	2	6	塩いりたまご	2	6	塩いりたまご	2	6	塩いりたまご	2	6	塩いりたまご	2	6	塩いりたまご	2	6	塩いりたまご	2	6	塩いりたまご	2	6	塩いりたまご	2	6	塩いりたまご	2	6										
10 月 8 日 (火)	(鶏)れんこんのはきみ ほうれん草のおかか和え	●鶏ささみスープ	8	1	●鶏ささみスープ	8	1	●鶏ささみスープ	8	1	●鶏ささみスープ	8	1	●鶏ささみスープ	8	1	●鶏ささみスープ	8	1	●鶏ささみスープ	8	1	●鶏ささみスープ	8	1	●鶏ささみスープ	8	1	●鶏ささみスープ	8	1	●鶏ささみスープ	8	1	●鶏ささみスープ	8	1										
		塩	0.9	6	塩	0.9	6	塩	0.9	6	塩	0.9	6	塩	0.9	6	塩	0.9	6	塩	0.9	6	塩	0.9	6	塩	0.9	6	塩	0.9	6	塩	0.9	6													
		●めん粉	0.1	6	●めん粉	0.1	6	●めん粉	0.1	6	●めん粉	0.1	6	●めん粉	0.1	6	●めん粉	0.1	6	●めん粉	0.1	6	●めん粉	0.1	6	●めん粉	0.1	6	●めん粉	0.1	6	●めん粉	0.1	6													
		●鶏ささみ	1	6	●鶏ささみ	1	6	●鶏ささみ	1	6	●鶏ささみ	1	6	●鶏ささみ	1	6	●鶏ささみ	1	6	●鶏ささみ	1	6	●鶏ささみ	1	6	●鶏ささみ	1	6	●鶏ささみ	1	6	●鶏ささみ	1	6													
		▲れんこんのはきみ揚げ	1	6	▲れんこんのはきみ揚げ	1	6	▲れんこんのはきみ揚げ	1	6	▲れんこんのはきみ揚げ	1	6	▲れんこんのはきみ揚げ	1	6	▲れんこんのはきみ揚げ	1	6	▲れんこんのはきみ揚げ	1	6	▲れんこんのはきみ揚げ	1	6	▲れんこんのはきみ揚げ	1	6	▲れんこんのはきみ揚げ	1	6	▲れんこんのはきみ揚げ	1	6													
		●ほうれん草	55	3	●ほうれん草	55	3	●ほうれん草	55	3	●ほうれん草	55	3	●ほうれん草	55	3	●ほうれん草	55	3	●ほうれん草	55	3	●ほうれん草	55	3	●ほうれん草	55	3	●ほうれん草	55	3	●ほうれん草	55	3													
		人参	6	3	人参	6	3	人参	6	3	人参	6	3	人参	6	3	人参	6	3	人参	6	3	人参	6	3	人参	6	3	人参	6	3	人参	6	3													
		●鶏だししょうゆ	2	1	●鶏だししょうゆ	2	1	●鶏だししょうゆ	2	1	●鶏だししょうゆ	2	1	●鶏だししょうゆ	2	1	●鶏だししょうゆ	2	1	●鶏だししょうゆ	2	1	●鶏だししょうゆ	2	1	●鶏だししょうゆ	2	1	●鶏だししょうゆ	2	1	●鶏だししょうゆ	2	1													
		かつお節	0.4	1	かつお節	0.4	1	かつお節	0.4	1	かつお節	0.4	1	かつお節	0.4	1	かつお節	0.4	1	かつお節	0.4	1	かつお節	0.4	1	かつお節	0.4	1	かつお節	0.4	1	かつお節	0.4	1													
		●ハイソウアブラ(脂)	35	4	●ハイソウアブラ(脂)	35	4	●ハイソウアブラ(脂)	35	4	●ハイソウアブラ(脂)	35	4	●ハイソウアブラ(脂)	35	4	●ハイソウアブラ(脂)	35	4	●ハイソウアブラ(脂)	35	4	●ハイソウアブラ(脂)	35	4	●ハイソウアブラ(脂)	35	4	●ハイソウアブラ(脂)	35	4	●ハイソウアブラ(脂)	35	4													
10 月 15 日 (火)	ごはん 鶏さき煮	茶	100	5	茶	100	5	茶	100	5	茶	100	5	茶	100	5	茶	100	5	茶	100	5	茶	100	5	茶	100	5	茶	100	5	茶	100	5	茶	100	5										
		○牛乳	1本	2	○牛乳	1本	2	○牛乳	1本	2	○牛乳	1本	2	○牛乳	1本	2	○牛乳	1本	2	○牛乳	1本	2	○牛乳	1本	2	○牛乳	1本	2	○牛乳	1本	2	○牛乳	1本	2	○牛乳	1本	2										
		鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1										
		人参	15	3	人参	15	3	人参	15	3	人参	15	3	人参	15	3	人参	15	3	人参	15	3	人参	15	3	人参	15	3	人参	15	3	人参	15	3													
		きゅうり	40	4	きゅうり	40	4	きゅうり	40	4	きゅうり	40	4	きゅうり	40	4	きゅうり	40	4	きゅうり	40	4	きゅうり	40	4	きゅうり	40	4	きゅうり	40	4	きゅうり	40	4													
		水菜	40	4	水菜	40	4	水菜	40	4	水菜	40	4	水菜	40	4	水菜	40	4	水菜	40	4	水菜	40	4	水菜	40	4	水菜	40	4	水菜	40	4													
		しょうが	20	4	しょうが	20	4	しょうが	20	4	しょうが	20	4	しょうが	20	4	しょうが	20	4	しょうが	20	4	しょうが	20	4	しょうが	20	4	しょうが	20	4	しょうが	20	4													
		鶏さき煮	10	4	鶏さき煮	10	4	鶏さき煮	10	4	鶏さき煮	10	4	鶏さき煮	10	4	鶏さき煮	10	4	鶏さき煮	10	4	鶏さき煮	10	4	鶏さき煮	10	4	鶏さき煮	10	4	鶏さき煮	10	4													
		●鶏	1	1	●鶏	1	1	●鶏	1	1	●鶏	1	1	●鶏	1	1	●鶏	1	1	●鶏	1	1	●鶏	1	1	●鶏	1	1	●鶏	1	1	●鶏	1	1													
		●鶏さき煮	4.7	5	●鶏さき煮	4.7	5	●鶏さき煮	4.7	5	●鶏さき煮	4.7	5	●鶏さき煮	4.7	5	●鶏さき煮	4.7	5	●鶏さき煮	4.7	5	●鶏さき煮	4.7	5	●鶏さき煮	4.7	5	●鶏さき煮	4.7	5	●鶏さき煮	4.7	5													
10 月 22 日 (火)	(鶏)白身魚のフリッター キャベツとハムのあま ずけ	▲白身魚のフリッター	50	1	▲白身魚のフリッター	50	1	▲白身魚のフリッター	50	1	▲白身魚のフリッター	50	1	▲白身魚のフリッター	50	1	▲白身魚のフリッター	50	1	▲白身魚のフリッター	50	1	▲白身魚のフリッター	50	1	▲白身魚のフリッター	50	1	▲白身魚のフリッター	50	1	▲白身魚のフリッター	50	1													
		▲キャベツ	10	1	▲キャベツ	10	1	▲キャベツ	10	1	▲キャベツ	10	1	▲キャベツ	10	1	▲キャベツ	10	1	▲キャベツ	10	1	▲キャベツ	10	1	▲キャベツ	10	1	▲キャベツ	10	1	▲キャベツ	10	1													
		▲ハム	10	1	▲ハム	10	1	▲ハム	10	1	▲ハム	10	1	▲ハム	10	1	▲ハム	10	1	▲ハム	10	1	▲ハム	10	1	▲ハム	10	1	▲ハム	10	1	▲ハム	10	1													
		人参	5	3	人参	5	3	人参	5	3	人参	5	3	人参	5	3	人参	5	3	人参	5	3	人参	5	3	人参	5	3	人参	5	3	人参	5	3													
		キャベツ	25	4	キャベツ	25	4	キャベツ	25	4	キャベツ	25	4	キャベツ	25	4	キャベツ	25	4	キャベツ	25	4	キャベツ	25	4	キャベツ	25	4	キャベツ	25	4	キャベツ	25	4													
		もやし	10	4	もやし	10	4	もやし	10	4	もやし	10	4	もやし	10	4	もやし	10	4	もやし	10	4	もやし	10	4	もやし	10	4	もやし	10	4	もやし	10	4													
		砂糖	2.5	5	砂糖	2.5	5	砂糖	2.5	5	砂糖	2.5	5	砂糖	2.5	5	砂糖	2.5	5	砂糖	2.5	5	砂糖	2.5	5	砂糖	2.5	5	砂糖	2.5	5	砂糖	2.5	5													
		●鶏	1	1	●鶏	1	1	●鶏	1	1	●鶏	1	1	●鶏	1	1	●鶏	1	1	●鶏	1	1	●鶏	1	1	●鶏	1	1	●鶏	1	1	●鶏	1	1													
		●鶏さき煮	8	1	●鶏さき煮	8	1	●鶏さき煮	8	1	●鶏さき煮	8	1	●鶏さき煮	8	1	●鶏さき煮	8	1	●鶏さき煮	8	1	●鶏さき煮	8	1	●鶏さき煮	8	1	●鶏さき煮	8	1	●鶏さき煮	8	1													
		かつお節	1.1	1	かつお節	1.1	1	かつお節	1.1	1	かつお節	1.1	1	かつお節	1.1	1	かつお節	1.1	1	かつお節	1.1	1	かつお節	1.1	1	かつお節	1.1	1	かつお節	1.1	1	かつお節	1.1	1													
10 月 29 日 (水)	きつまいもとベーコンと の炒め物	●ベーコン	8	1	●ベーコン	8	1	●ベーコン	8	1	●ベーコン	8	1	●ベーコン	8	1	●ベーコン	8	1	●ベーコン	8	1	●ベーコン	8	1	●ベーコン	8	1	●ベーコン	8	1	●ベーコン	8	1	●ベーコン	8	1										
		きつまいも	25	5	きつまいも	25	5	きつまいも	25	5	きつまいも	25	5	きつまいも	25	5	きつまいも	25	5	きつまいも	25	5	きつまいも	25	5	きつまいも	25	5	きつまいも	25	5	きつまいも	25	5													
		鶏	8	1	鶏	8	1	鶏	8	1	鶏	8	1	鶏	8	1	鶏	8	1	鶏	8	1	鶏	8	1	鶏	8	1	鶏	8	1	鶏	8	1													
		コンソメ	0.15	6	コンソメ	0.15	6	コンソメ	0.15	6	コンソメ	0.15	6	コンソメ	0.15	6	コンソメ	0.15	6	コンソメ	0.15	6	コンソメ	0.15	6	コンソメ	0.15	6	コンソメ	0.15	6	コンソメ	0.15	6													
		塩	0.15	6	塩	0.15	6	塩	0.15	6	塩	0.15	6	塩	0.15	6	塩	0.15	6	塩	0.15	6	塩	0.15	6	塩	0.15	6	塩	0.15	6	塩	0.15	6													
		しょうが	0.01	6	しょうが	0.01	6	しょうが	0.01	6	しょうが	0.01	6	しょうが	0.01	6	しょうが	0.01	6	しょうが	0.01	6	しょうが	0.01	6	しょうが	0.01	6	しょうが	0.01	6	しょうが	0.01	6													
		なたね油	0.2	6	なたね油	0.2	6	なたね油	0.2	6	なたね油	0.2	6	なたね油	0.2	6	なたね油	0.2	6	なたね油	0.2	6	なたね油	0.2	6	なたね油	0.2	6	なたね油	0.2	6	なたね油	0.2	6													
		オムレツ	1	6	オムレツ	1	6	オムレツ	1	6	オムレツ	1	6	オムレツ	1	6	オムレツ	1	6	オムレツ	1	6	オムレツ	1	6	オムレツ	1	6	オムレツ	1	6	オムレツ	1	6													
		▲ブルーベリージャム	1	6	▲ブルーベリージャム	1	6	▲ブルーベリージャム	1	6	▲ブルーベリージャム</																																				

令和6年(2024年)10月 (C献立)

お問い合わせ

(6843)-9101 学校給食課

＜食品名の左にある「○・▲・●」の記号について＞

○小麦粉・卵・牛乳に表記

▲当月分の「中学校給食用半製品・加工品の配合表」に記載している食品

●当年度分の「中学校給食用パン及び年間使用食品の配合表」に記載している食品

6つの食品群

- ◆1群…たんぱく質が多く、おもに筋肉や血液になる食品
- ◆2群…カルシウムが多く、骨や歯をつくる食品
- ◆3群…色のこい野菜でビタミン、ミネラルが多い食品
- ◆4群…色のうすい野菜や果物でビタミン、ミネラルが多い食品
- ◆5群…穀類やいもで炭水化物が多い食品
- ◆6群…油脂類で脂質が多い食品

材料および献立名は都合により変わることがあります

旬の味覚を楽しもう!

秋の実りや自然の恵みに感謝し、旬の食べ物をおいしく
いただきましょう。

秋  においしい食べ物

