

《給食の月目標》
食べ物の動きを知ろう

 **牛乳は毎日つきます**

れいわねんどがつかっこうきゅうしゅくよていこんだてひょうちゅうかっこう

令和7年度10月 学校給食予定献立表(中学校)

日田市学校給食センター
TEL23－5185 FAX23－5186

※アレルギー食品には記号（★）を表示しています

日	献立名	ス プ リ ン	体を作る あかのグループ	エネルギーになる きいろのグループ	体の調子を整える みどりのグループ	その他	使用材料のうちアレルギー表示のある加工品			エネ ル ギ ー (kcal)
							加工品名	アレルギー物質	コンタミ	
1 水	まあるいパン	🔑		★まあるいパン			まあるいパン	小麦	卵・乳・くるみ	667
	ポークビーンズ		★ぶたにく、★大豆	なたね油、米さうじ、じゃがいも、さとう、きんとき豆、おおふく豆	にんにく、たまねぎ、にんじん、トマトピューレ、パセリ	塩、こしょう、トマトケチャップ	ミックスビーンズ	大豆		
	照り焼きチキン		★とりにく	さとう		★しょうゆ	照り焼きチキン	小麦・鶏肉・大豆	卵	
2 木	ごはん			こめ			豆腐	大豆		679
	鮭 ^{さけ} ボールの石狩汁 ^{いしかりじり}		★とうふ、さけ、たら、★あぶらあげ、★米みそ(甘みそ)	じゃがいも、マロニー	たまねぎ、にんじん、コーン、白ねぎ	かつおだしパック、酒、★しょうゆ	野菜入り鮭ボール	さけ	卵・乳・小麦・えび・かに	
	高菜炒め ^{たかないた}		★ちくわ、かつお節	★ごま油、★ごま	にんじん、★たかな漬け	みりん★しょうゆ	油揚げ	大豆		
	冷凍ヨーグルト ^{れいどう}		★冷凍ヨーグルト				米みそ(甘みそ)	大豆		
3 金	ごはん			こめ			ちくわ		えび・かにを食べている魚を含む	757
	豚 ^{ぶた} キムチ		★ぶたにく、スライス天ぶら、★麦みそ	なたね油、★ごま	にんにく、にんじん、たまねぎ、★はくさいキムチ、キャベツ、もやし	塩、★しょうゆ、★トウバンジャン	ごま油	ごま		
	チーズはんぺんフライ		魚すり身、★チーズ、★たまご	あげ油(なたね油)、★パン粉			たかな漬け	小麦・大豆・ごま		
							冷凍スクールヨーグルト	乳		
6 月	ごはん			こめ			白身魚とごぼうの団子	小麦・大豆		647
	白身団子 ^{しろみだんご} のお月見汁 ^{つきみじり}		魚すり身、★とうふ、★あぶらあげ	さといも	にんじん、たまねぎ、大根、こまつな、ごぼう	かつおだしパック、★しょうゆ、塩、みりん	豆腐	大豆		
	れんこん入り平つくね ^{いりひらつくね} (2個)		★とりにく	さとう	たまねぎ、れんこん	★しょうゆ	油揚げ	大豆		
	お月見梨ゼリー ^{つきみなし}			お月見梨ゼリー			れんこん入り平つくね	小麦・鶏肉・大豆		
7 火	ごはん			こめ						749
	白 ^{しろ} いんげん豆 ^{まめ} の呉汁 ^{ごじる}		★とりにく、★あぶらあげ、★ももはみそ	じゃがいも、白いんげん豆ペースト	にんじん、ごぼう、大根、えのきたけ、白ねぎ	かつおだしパック	油揚げ	大豆		
	カツオカツのソースかけ		カツオ	★パン粉、あげ油(なたね油)、さとう	たまねぎ、しょうが	トマトケチャップ、ウスターソース、★しょうゆ、こしょう	ももはみそ	大豆		
							カツオカツ	小麦・大豆	えび・卵・乳	
8 水	まあるいパン	🔑		★まあるいパン			まあるいパン	小麦	卵・乳・くるみ	642
	ブイヤベース		★ベーコン、★いか、★たら角切り	オリーブ油、じゃがいも	にんにく、たまねぎ、にんじん、トマトみずに、カリフラワー、パセリ	★コンソメ、白ワイン、トマトケチャップ、塩、こしょう	無塩漬ベーコン	豚肉		
	黒糖 ^{こくどう} ココア豆 ^{まめ}		★ローストだいち、★きな粉	黒砂糖		純ココア	たら角切り		小麦・卵・乳・かに	
	型抜きチーズ ^{かたぬき}		★型抜きチーズ				コンソメ	鶏肉・豚肉		
9 木	ごはん			こめ			ロースト大豆	大豆	落花生(ピーナッツ)・小麦・乳・えび・くるみ	673
	チャーシャン豆腐 ^{ちょうふ}		★ぶたにく、★あつあげ、★赤みそ	なたね油、さとう、でん粉	しょうが、にんじん、たまねぎ、たけのこ、干しいたけ、もやし、チンゲンサイ	酒、★しょうゆ、★トウバンジャン	きな粉	大豆		
	わかめとコーンの炒め物 ^{いたもの}		わかめ、シーチキン	なたね油	コーン	★しょうゆ、みりん	型抜きチーズ	乳		
10 金	麦 ^{あき} ごはん	🔑		こめ、むぎ			かぼちゃ		大豆	776
	ポークカレー		★ぶたにく	なたね油、★大豆油	にんにく、たまねぎ、にんじん、★かぼちゃ、★りんご、トマトみずに、ブロッコリー	塩、カレー粉、ウスターソース、★カレーフレーク給食用、★NEWカレーフレーク、★しょうゆ	オニオンソテー	大豆		
	ほうれん草 ^{そう} オムレツ		★たまご		ほうれんそう		カレーフレーク給食用	小麦・大豆		
							NEWカレーフレーク	小麦		
14 火	ごはん			こめ			ほうれん草オムレツ	卵・大豆		662
	キムチ入り味噌汁 ^{いみそじる}		★とりにく、★とうふ、★ももはみそ		にんじん、たまねぎ、キャベツ、もやし、★はくさいキムチ、白ねぎ	かつおだしパック	豆腐	大豆		
	チャプチェ		★ぶたにく	★ごま油、さとう、はるさめ、★ごま	しょうが、にんにく、にんじん、たけのこ、きくらげ、ピーマン	★しょうゆ、★トウバンジャン	ももはみそ	大豆		
							白菜キムチ	りんご		
15 水	まあるいパン	🔑		★まあるいパン			ごま油	ごま		706
	ビーンズクリームスープ		★とりにく、★牛乳	じゃがいも、★バター、白いんげん豆ペースト	にんじん、たまねぎ、コーン	こしょう、★コンソメ、★ホワイトソース、塩	トウバンジャン	大豆		
	なすとトマトのグラタン		★おから	じゃがいも、米粉	なす、トマト、たまねぎ、★りんご		ホワイトソース	小麦・乳・豚肉		
							なすとトマトのグラタン	大豆・りんご		
16 木	ごはん			こめ						690
	こぎつねうどん		★ぶたにく、★あぶらあげ、細切りかまぼこ	さとう、★うどん	たまねぎ、にんじん、白ねぎ	酒、★しょうゆ、かつおだしパック、みりん	油揚げ	大豆		
	大豆 ^{だいず} といりこのうめがらめ		★ロースト大豆、★ミニフィッシュ	さとう		みりん、ゆかり	うどん	小麦	卵・乳・大豆・ゼラチン・ごま・鶏肉・豚肉・さば	
	のりかつおふりかけ					のりかつおふりかけ	ロースト大豆	大豆	落花生(ピーナッツ)・小麦・乳・えび・くるみ	
17 金	ごはん			こめ			ミニフィッシュ	ごま	カタクチイワシはえび・かにを捕食	662
	豆乳味噌汁 ^{とうぢゅうみそじる}		★とうふ、★豆乳、★ももはみそ	じゃがいも	たまねぎ、にんじん、こまつな、えのきたけ、白ねぎ	かつおだしパック	のりかつおふりかけ		海苔はえび・かにの生息域で採取	
	あじのおろしソースかけ		あじ	さとう	大根、かぼす果汁	★しょうゆ、みりん、酢				
	プリン			★プリン			とろけるプリン	乳・大豆		

日	献立名	ス プ リ ン	体を作る あかのグループ	エネルギーになる きいろのグループ	体の調子を整える みどりのグループ	その他	使用材料のうちアレルギー表示のある加工品			エネ ル ギ ー (kcal)
							加工品名	アレルギー物質	コンタミ	
20 月	ごはん			こめ						759
	こうやとうふ 高野豆腐の中華煮		★ぶたにく、うす切りかまぼこ、 ★凍り豆腐、★麦みそ	★ごま油、さとう、でん粉	しょうが、にんじん、たまねぎ、たけのこ、きくらげ、いんげん	★中華スープ、みりん、★しょうゆ	凍り豆腐 麦みそ ごま油 中華スープ	大豆 大豆 ごま ごま・大豆・鶏肉・豚肉	 小麦	
	きなこ豆		★ロースト大豆、★きな粉	さとう			ロースト大豆 きな粉	大豆 大豆	落花生(ピーナッツ)・小麦・乳・えび・くるみ	
21 火	ごはん			こめ						700
	ぶたじる 豚汁		★ぶたにく、★とうふ、★あぶらあげ、★ももはみそ	じゃがいも	ごぼう、にんじん、大根、こんにゃく、干しいたけ、もやし、白ねぎ	かつおだしパック、酒	豆腐 油揚げ ももはみそ	大豆 大豆 大豆		
	さばのごまだれ		★さば	さとう、★ごま、でん粉		みりん、★しょうゆ	さばの竜田揚げ	小麦・さば・大豆		
22 水	コッペパン			★コッペパン			コッペパン	小麦	卵・乳・くるみ	657
	マカロニインディアン		★ぶたひきにく、★ポークウィンナー、★大豆ミート、★粉ゼラチン	なたね油、★冷凍マカロニ	にんじん、たまねぎ、コーン、トマトみずに、ピーマン	カレー粉、★コンソメ、トマトケチャップ、ウスターソース、塩、こしょう	ポークウィンナー 大豆ミート 冷凍マカロニ コンソメ	豚肉・大豆 大豆 小麦 鶏肉・豚肉	小麦・乳・卵 小麦	
	ツナと野菜のソテー		シーチキン	オリーブ油	カリフラワー、ブロッコリー	塩、こしょう、★しょうゆ				
23 木	すく 少なめご飯			こめ						762
	ごもく 五目ビーフン		★ぶたにく、★ちくわ	★ごま油、ビーフン	にんじん、干しいたけ、キャベツ、もやし、白ねぎ	塩、こしょう、★しょうゆ	ちくわ ごま油	 ごま	えび・かにを食べている魚を含む	
	お豆腐しゅうまい(2個)		★とうふ、魚すり身		たまねぎ、★えだまめ、にんじん		お豆腐しゅうまい	小麦・大豆・魚介類	えび・かに・卵・乳	
24 金	ごはん			こめ						643
	ぶた みそ豚じゃが		★ぶたにく、★ちくわ、★赤みそ	なたね油、さとう、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、こんにゃく、いんげん	酒、★しょうゆ、みりん	ちくわ 赤みそ	 大豆	えび・かにを食べている魚を含む 小麦	
	れんこんの青じそ炒め		かに風味かまぼこ	なたね油	にんじん、れんこん	★青じそドレッシング	青じそドレッシング	小麦・大豆・りんご・鶏肉・豚肉		
27 月	ごはん			こめ						770
	あつあ 厚揚げのそぼろ煮		★ぶたひきにく、★大豆ミート、★あつあげ	なたね油、さとう、じゃがいも、でん粉	にんじん、ごぼう、たまねぎ、れんこん、しょうが、いんげん	酒、★しょうゆ	大豆ミート 厚揚げ	大豆 大豆	小麦	
	いわしのおかか煮		いわし、かつおぶし	さとう		★しょうゆ	いわしのおかか煮	小麦・大豆		
28 火	ごはん			こめ						695
	やさい 野菜たっぷりカレー		★ぶたにく	なたね油	にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、ごぼう、れんこん、大根、★りんご、トマトみずに、ブロッコリー	塩、カレー粉、ウスターソース、★カレーフレーク給食用、★NEWカレーフレーク、★しょうゆ	オニオンソテー カレーフレーク給食用 NEWカレーフレーク	大豆 小麦・大豆 小麦		
	えだまめ 枝豆とコーンのソテー		★チキンハム	オリーブ油	★えだまめ、にんじん、コーン	★しょうゆ、塩、こしょう、プチドリッブ	チキンハム 枝豆	鶏肉 大豆	小麦・卵	
29 水	まあるいパン			★まあるいパン			まあるいパン	小麦	卵・乳・くるみ	678
	ポトフ		★チキンウィンナー、★とりにく	オリーブ油、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、キャベツ	★コンソメ、★しょうゆ、塩、こしょう	チキンウィンナー コンソメ	鶏肉 鶏肉・豚肉	小麦・卵	
	デミグラスソースのハンバーグ		★ぶたにく、★とりにく	さとう、★大豆油	たまねぎ	赤ワイン、★デミグラスソース、トマトケチャップ、ウスターソース	ミートハンバーグ オニオンソテー デミグラスソース	大豆・鶏肉・豚肉 大豆 小麦・鶏肉	えび・かに・卵・乳・落花生(ピーナッツ)	
30 木	すく 少なめご飯			こめ						739
	じる だんご汁		★ぶたにく、★あぶらあげ、★ももはみそ	なたね油、じゃがいも、★やせうま	ごぼう、にんじん、大根、干しいたけ、白ねぎ	かつおだしパック、酒	油揚げ ももはみそ やせうま	大豆 大豆 小麦		
	にく 肉じゃがコロッケ		★ぎゅうにく	あげ油(なたね油)、じゃがいも、★パン粉	たまねぎ		肉じゃがコロッケ	小麦・牛肉・大豆・豚肉	えび・かに・卵・乳	
31 金	チキンライス		★とりにく	こめ	にんじん、たまねぎ、コーン	トマトソース	チキンライスの素	大豆・鶏肉		670
	かぼちゃの豆乳クリームスープ		★とりにく、★豆乳、★麦みそ	米粉	にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、マッシュルームスライス、コーン、ブロッコリー	こしょう、白ワイン、★コンソメ、塩	豆乳 麦みそ コンソメ	大豆 大豆 鶏肉・豚肉	小麦	
	ハムピカタ		★たまご、★ハム				ハムピカタ	卵・小麦・乳・大豆・豚肉		

◆揚げ油は複数回使用することがあります。その際、アレルギー表記には記載しきれないアレルギー物質が混入している可能性があります。
◆こいくち醤油とうすくち醤油には、小麦と大豆が含まれます。
◆魚には骨があります。うずらの卵やこんにゃくなど、口の中ですべりやすい食材もあります。
おはして小さく切って食べやすくしたり、注意して落ち着いて食べるようにしましょう。
◆都合により、材料や献立の一部を変更する場合があります。ご了承ください。

骨に注意！

よくかもう

◆日田産の材料は、
油揚げ、こんにゃく、もやし、えのきたけ、
チンゲンサイ、手作りみそ(ももはみそ)です。

二次元コードを読み取ると、ホームページにつながります。
献立表や食材の産地をみるができます。※毎月1日頃、更新予定です。

