

10月1日(木) 697kcal

バターパン
牛乳
カレー風味の野菜スープ
鶏肉の甘辛だれ

食品名

1人分量

バターパン

60.00

* 牛乳

206.00

* 京もち豚ｽﾗｲｽ

20.00

にんじん

10.00

キャベツ

20.00

玉ねぎ

20.00

じゃがいも

20.00

カレー粉

0.14

しお

0.70

こしょう

0.01

* うす口しょうゆ

1.50

チキンブイヨン (MCC)

4.00

水

120.00

* 鶏肉もも

60.00

冷凍にんにく

0.10

しお

0.10

酒

1.00

三温糖

2.50

* こい口しょうゆ

4.00

みりん

2.00

けずりぶし

1.50

水

10.00

片栗粉

0.70

10月2日(金) 554kcal

ごはん
牛乳
いもち汁
ちくわとごぼうのきんぴら

食品名

1人分量

米

80.00

* 牛乳

206.00

いもち

30.00

豚肉

15.00

にんじん

10.00

玉ねぎ

20.00

青ねぎ

2.50

* こい口しょうゆ

1.70

* うす口しょうゆ

2.00

しお

0.12

けずりぶし

2.00

水

110.00

ちくわ

15.00

にんじん

25.00

ごぼう

20.00

冷三度豆ｶｯﾄ

5.00

三温糖

0.95

* こい口しょうゆ

3.30

みりん

0.50

ひまわり油

1.00

白いりごま

1.00

10月5日(月) 644kcal

わかめご飯
牛乳
レタススープ
カレー肉まん

食品名

1人分量

米

80.00

炊込わかめ

2.50

* 牛乳

206.00

* 鶏肉細切皮ﾅ

10.00

玉ねぎ

15.00

レタス

15.00

にんじん

10.00

しめじ

8.00

豆腐 (冷)

5.00

青ねぎ

3.00

しお

0.45

こしょう

0.02

* うす口しょうゆ

2.50

チキンブイヨン (MCC)

5.00

水

130.00

* 豚ひき肉

25.00

ｶｯﾄ干椎茸

1.00

青ねぎ

2.00

* こい口しょうゆ

2.00

酒

0.50

三温糖

0.70

カレー粉

0.20

しお

0.10

こしょう

0.02

ごま油

0.50

蒸しパン小麦粉

35.00

カレー粉

0.30

水

30.00

マフィンカップ

1.00

10月6日(火) 670kcal

ごはん
牛乳
わかめのすまし汁
あじの南蛮漬

食品名

1人分量

米

80.00

* 牛乳

206.00

豆腐

25.00

ｶｯﾄわかめ

1.00

かまぼこ

8.00

えのきだけ

4.00

小松菜

5.00

* うす口しょうゆ

2.20

しお

0.50

酒

0.50

けずりぶし

2.00

水

140.00

あじ開一夜干

40.00

あじ開一夜干

50.00

酒

1.00

しお

0.20

片栗粉

5.00

揚げ油

3.00

青ねぎ

5.00

土生姜

0.50

酢

5.00

三温糖

4.00

* こい口しょうゆ

6.80

水

7.50

10月7日(水) 635kcal

ごはん
牛乳
マーボー豆腐
パンサンスー

食品名

1人分量

米

80.00

* 牛乳

206.00

* 豚ひき肉

24.00

土生姜

0.56

冷凍にんにく

0.20

ﾄｳﾊﾝｼﾞｬﾝ

0.20

ひまわり油

0.80

豆腐 (冷)

92.00

玉ねぎ

40.00

ﾀﾞｲｺ(水煮)

9.60

にんじん

9.60

青ねぎ

2.80

ｶｯﾄ干椎茸

0.96

町内産みそ

2.96

八丁みそ

2.00

三温糖

1.60

* こい口しょうゆ

2.96

酒

2.40

ｲｽﾀｰｽｰｽ

2.00

片栗粉

1.60

ごま油

0.24

チキンブイヨン (MCC)

4.00

水

24.00

* ﾎｰｸﾊﾑ

6.00

緑豆春雨

5.00

ﾅﾝｹﾞﾝｻｲ

17.00

にんじん

15.00

三温糖

1.20

* こい口しょうゆ

3.50

酢

2.00

ごま油

0.70

10月8日(木) 548kcal

小型コッペパン
牛乳
大根と白菜のスープ
お好み焼き

食品名

1人分量

小型コッペパン

40.00

* 牛乳

206.00

* 京もち豚ｽﾗｲｽ

10.00

大根

30.00

白菜

20.00

* うす口しょうゆ

4.00

* こい口しょうゆ

1.00

しお

0.20

こしょう

0.02

チキンブイヨン (MCC)

10.00

水

140.00

* 豚ひき肉

15.00

しお

0.10

こしょう

0.01

ひまわり油

0.50

* いか

10.00

キャベツ

50.00

* 干しえび

1.50

紅しょうが

1.00

* 薄力粉

20.00

しお

0.10

こしょう

0.02

長芋 (冷)

3.00

* 鶏卵

20.00

お好み焼きソース

12.00

粉かつお

0.50

にあじん

0.10

けずりぶし

1.00

水

10.00

宇小3年 給食なし

10月 予定献立表

秋、といえば、読書の秋、食育の秋、運動の秋などいろいろなことが言われますが、荷と言っても、秋は「実りの秋」！秋にしゅうかくをむかえることをよろこんで、おまつりが行われます。

できたばかりのお菓子を食べてちしづしをつくらしたり、いろいろな地いきならでではでんとう食もつくられます。みなさんのおうちでも、秋まつりのでんとう食を楽しんでね！

ぎばずし

ちしづし

ずいまつり

10月 予定献立表

都合により、食材や献立が変更になる場合があります。ご了承ください。
給食の実施日については、学校により等もあわせてご確認ください。

宇治田原町立 学校給食共同調理場

中学校 給食なし

中学校 給食なし

よい姿勢で
たべましょう

10月9日(金) 600kcal

ばら寿司
牛乳
吉野汁
甘酢和え
目の愛護デーゼリー

食品名

1人分量

米

75.00

にんじん

10.00

ｶｯﾄ干椎茸

0.70

高野豆腐

1.30

酒

3.00

こんぶ

0.50

上白糖

5.00

酢

10.00

しお

0.80

鯖水煮

20.00

三温糖

2.00

酒

1.00

* こい口しょうゆ

0.80

* 牛乳

206.00

絹厚あげ

20.00

* 鶏肉手切皮なし

20.00

酒

0.50

しお

0.10

片栗粉

1.00

白菜

30.00

にんじん

10.00

青ねぎ

5.00

しお

0.20

* うす口しょうゆ

2.20

* こい口しょうゆ

0.50

けずりぶし

2.00

水

100.00

キャベツ

25.00

にんじん

10.00

ﾅﾝｹﾞﾝｻｲ

10.00

ｶｯﾄわかめ

0.40

酢

1.70

* うす口しょうゆ

1.70

三温糖

0.80

白いりごま

0.40

ブルーベリーゼリー

28.00

10月13日(火) 592kcal

ごはん
牛乳
大根のみそ汁
高野豆腐の煮物

食品名

1人分量

米

80.00

* 牛乳

206.00

大根

18.00

油あげ

10.00

にんじん

8.00

玉ねぎ

20.00

ﾅﾝｹﾞﾝｻｲ

8.00

ｶｯﾄわかめ

0.35

町内産みそ

8.00

甘みそ

3.00

けずりぶし

3.00

水

130.00

* 鶏肉細切皮ﾅ

10.00

高野豆腐

12.00

にんじん

6.00

冷三度豆ｶｯﾄ

6.00

三温糖

2.50

しお

0.10

* うす口しょうゆ

4.00

* こい口しょうゆ

0.40

みりん

1.20

酒

0.80

だし汁

50.00

10月14日(水) 650kcal

ごはん
牛乳
厚あげの中華煮
棒棒鶏サラダ

食品名

1人分量

米

80.00

* 牛乳

206.00

絹厚あげ

60.00

* 京もち豚ｽﾗｲｽ

20.00

冷凍おろししょうが

0.02

玉ねぎ

0.50

にんじん

25.00

玉ねぎ

45.00

ﾀﾞｲｺ(水煮)

17.00

冷三度豆ｶｯﾄ

5.00

* こい口しょうゆ

3.60

三温糖

0.40

ﾄｳﾊﾝｼﾞｬﾝ

0.20

ｵｲｽﾀｰｽｰｽ

1.20

赤みそ

2.80

酒

0.50

しお

0.30

こしょう

0.03

チキンブイヨン (MCC)

6.00

* 鶏がらスープ

2.50

水

30.00

片栗粉

1.00

ごま油

0.50

* 鶏肉ﾅﾐ筋ﾅ

12.00

きゅうり

17.00

にんじん

5.00

緑豆春雨 (ﾀｲ産)

3.00

三温糖

0.80

* こい口しょうゆ

1.40

酢

1.00

練りごま

1.20

ごま油

0.20

10月15日(木) 659kcal

バーガーパン
牛乳
ABCスープ
白身魚のフライ
ポイルキャベツ

食品名

1人分量

バーガーパン

70.00

* 牛乳

206.00

ABCマカロニ

3.00

* ﾖﾖﾅｰﾍﾞｰｺﾝ

10.00

にんじん

15.00

玉ねぎ

20.00

キャベツ

15.00

しお

0.80

冷凍にんにく

0.20

冷凍おろししょうが

0.30

* うす口しょうゆ

1.50

片栗粉

1.00

チキンブイヨン (MCC)

6.00

水

120.00

白身魚フライ

60.00

ｳｽﾀｰｽｰｽ

3.00

揚げ油

5.00

キャベツ

35.00

にんじん

5.00

10月16日(金) 636kcal

麦ごはん
牛乳
チキンカレー
フルーツポンチ

食品名

1人分量

米

67.00

* 麦

13.00

酒

2.00

* 牛乳

206.00

若鶏むね

50.00

しお

0.90

こしょう

0.03

カレー粉

0.50

赤ワイン

1.00

冷凍にんにく

0.20

冷凍おろししょうが

0.30

ﾀｰﾒﾘｯｸ

0.20

ｸﾐﾝ

0.10

セロリ

2.00

ひまわり油

0.50

にんじん

20.00

玉ねぎ

50.00

じゃがいも

50.00

おろしりんご

5.00

カレー粉

0.20

ｹﾁｬｯﾌﾟ

3.00

ﾅﾅﾃｺｺ

2.00

ｳｽﾀｰｽｰｽ

2.00

* こい口しょうゆ

2.50

カルダモン

0.05

ガラマサラ

0.10

しお

0.30

三温糖

0.08

薄力粉

6.00

チキンブイヨン (MCC)

6.00

水

60.00

ナタデココ

15.00

みかん缶

20.00

黄桃缶

15.00

赤ワイン

1.00

水

25.00

上白糖

5.00

10月19日(月) 649kcal

ゆかりご飯
牛乳
わかめスープ
カレー肉まん

食品名

1人分量

米

80.00

しお

0.20

酒

2.00

ゆかり

2.00

* 牛乳

206.00

ｶｯﾄわかめ

0.60

玉ねぎ

25.00

にんじん

15.00

豆腐 (冷)

5.00

白いりごま

0.30

青ねぎ

2.00

しお

0.60

こしょう

0.02

* うす口しょうゆ

1.50

* こい口しょうゆ

0.70

* 鶏がらスープ

2.00

けずりぶし

1.00

水

150.00

ごま油

0.40

* 豚ミンチ

25.00

ｶｯﾄ干椎茸

1.00

青ねぎ

2.00

* こい口しょうゆ

2.00

酒

0.50

三温糖

0.70

カレー粉

0.25

しお

0.10

こしょう

0.02

ごま油

0.50

蒸しパン小麦粉

35.00

カレー粉

0.30

水

30.00

マフィンカップ

1.00

小学校 給食なし

よくかんで食べよう

いただきます
感謝の気持ちを
わすれずに

給食の前に
手を
洗おう

ブルーベリーゼリー
アレルギー・・・なし

うじたわらの日 献立

