［詳細な献立表］

2025年 10月度

日（曜）	1（水）	2（木）	3（金）	6（月）	7（火）	8（水）	9（木）	10（金）	14（火）	15（水）	16（木）
献立	牛乳 麦ごはん 鮭のしょうゆ麹焼き 豚肉のみそ炒め ほうれんそうのみそ汁	牛乳 コッペパン とりのレモンソース さつまいもﾚｰｽﾞﾝｻﾗﾀﾞ 緑黄色野菜スープ	牛乳 麦ごはん 豚肉の生姜焼 ごぼうサラダ なめこ汁	牛乳 少なめ麦ごはん 豆腐ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞｰきのこｿｰｽ 里芋の煮物 お麸のすまし汁 月見団子	牛乳 青菜ごはん とりにくのごまみそ焼 ｷｬﾍﾞﾂとｼﾗｽおかかあえ じゃが芋としめじのみそ汁	牛乳 麦ごはん さばおかか煮 高野豆腐の五目煮 キャベツのみそ汁	牛乳 長コッペパン ポークピカタ レンコンのサラダ ミネストローネ	給食なし	牛乳 発芽玄米ごはん ポークカレー フィレオチキン 花野菜サラダ ブルーベリーゼリー	牛乳 麦ごはん 二子里芋コロッケ もやしと若芽のあえもの 豚汁	牛乳 長コッペパン オムレツのきのこソース ポテトサラダ お豆と野菜のスープ煮
献立の材料	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) しろさけ切り身 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） 本みりん 塩麹（日給連） 豚肉のみそ炒め 米油 おろししょうが キャベツ 玉葱 にんじん 青ピーマン 岩手田舎みそ【赤】CaFe 料理酒 砂糖 本みりん テンメンジャン ほうれんそう だいこん にんじん ねぎ 油揚げ かつおだし 岩手田舎みそ【赤】CaFe 信州味噌	牛乳 県産強力粉 食塩 上白糖 脱脂粉乳 鶏肉 かたくり粉 ホワイトサラダ油 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） 砂糖 レモン果汁 水 さつまいも 干しぶどう きゅうり 玉葱 ノンエッグマヨネーズ 食塩 こしょう 砂糖 無塩せきベーコン にんじん こまつな ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ茎ﾀﾞｲｽｶｯﾄ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰﾐﾆﾌﾙﾌﾛｰﾚｯﾄ コンソメ こしょう	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) 豚ロース おろししょうが おろしにんにく 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） 料理酒 砂糖 ごぼう にんじん とうもろこし(ｶｰﾈﾙ冷凍) キャベツ オリーブドツナ ノンエッグマヨネーズ いりごま（白） 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） そばつゆ なめこ だいこん 豆腐 ねぎ かつおだし 岩手田舎みそ【赤】CaFe 信州味噌	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) **豆腐ハンバーグ** 米油 玉葱 えのきたけ水煮 しいたけ 砂糖 岩手丸大豆しょうゆ（うすロ） 本みりん そばつゆ 水 里芋乱切 にんじん 三角こんにゃく 冷さやいんげんカット **三角さつま揚げ** おろししょうが 岩手丸大豆しょうゆ（うすロ） 砂糖 料理酒 かつおだし 料理酒 岩手丸大豆しょうゆ（うすロ） そばつゆ 食塩 こまつな たけのこ水煮せん切 冷凍豆腐 **五色麩** **お月見団子**	牛乳 水稲穀粒(精白米) 精麦（米粒麦） 強化米 青菜ごはんの素 鶏肉 料理酒 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） 信州味噌 砂糖 本みりん いりごま（白） すりごま（白） かるしおしらす 油揚げ キャベツ にんじん 糸かつお そばつゆ 岩手丸大豆しょうゆ（うすロ） ごま油 じゃがいも 玉葱 しめじ ねぎ かつおだし 岩手田舎みそ【赤】CaFe 信州味噌	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) **さばおかか煮** 豚肉 にんじん じゃがいも 高野豆腐さいのめ むき枝豆 料理酒 砂糖 岩手丸大豆しょうゆ（うすロ） 本みりん かつおだし キャベツ にんじん 玉葱 油揚げ えのきたけ水煮 かつおだし 岩手田舎みそ【赤】CaFe 信州味噌	牛乳 県産強力粉 食塩 上白糖 脱脂粉乳 **ポークピカタ** れんこん水煮スライス だいこん きゅうり とうもろこし(冷凍) ソフトささみフレーク いりごま（白） 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） 穀物酢 砂糖 ごま油 県産水煮大豆 無塩せきベーコン じゃがいも 玉葱 にんじん シェルマカロニ おろしにんにく ダイストマト トマトケチャップ トマトピューレー オリーブ油 コンソメ こしょう		牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米 米油 豚肉 おろしにんにく おろししょうが カレー粉 赤ワイン 玉ねぎ にんじん じゃがいも グリンピース やさいカレー カレールウ（KFe） 横濱レトロカレー甘口 トマト ケチャップ **フィレオチキン** 冷ブロッコリー 冷カリフラワー キャベツ パプリカ 穀物酢 米油 砂糖 食塩 こしょう ブルーベリーゼリー	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) **二子里芋コロッケ** ホワイトサラダ油 塩蔵わかめ(塩抜き) もやし 水菜 きゅうり 砂糖 穀物酢 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） ごま油 食塩 米油 豚肉 おろしにんにく おろししょうが 豆腐 だいこん にんじん ごぼう はくさい つきこんにゃく ねぎ かつおだし 岩手田舎みそ【赤】CaFe 信州味噌	牛乳 県産強力粉 食塩 上白糖 脱脂粉乳 **プレーンオムレツ** マッシュルーム水煮 玉葱 おろしにんにく 米油 トマトケチャップ 中濃ソース 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） じゃがいも にんじん 玉葱 きゅうり とうもろこし(ｶｰﾈﾙ冷凍) ノンエッグマヨネーズ 食塩 こしょう 砂糖 穀物酢 冷凍県産大豆 無塩せきウインナー 玉葱 にんじん ブロッコリー しめじ むき枝豆 コンソメ 食塩 こしょう
実施校	全校	全校	全校	全校	全校	全校 ※一部給食無	全校		全校	全校	全校 ※一部給食無

［詳細な献立表］

2025年 10月度

日(曜)	17(金)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)
献立	牛乳 麦ごはん 鱈竜田揚げ のりずあえ じゃが芋とわかめの みそ汁	牛乳 麦ごはん 鶏と野菜の焼きつくね 切干大根の煮物 せんべい汁 はちみつレモンゼリー	牛乳 麦ごはん 焼き目付餃子 春雨サラダ マーボー豆腐	牛乳 麦ごはん 豚肉の朝鮮焼 ちくわの土佐煮 野菜たっぷりみそ汁	牛乳 長コッペパン いかたこナゲット ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのツナポン きゃべつのクリーム煮	牛乳 麦ごはん いなだのネギみそ焼き 大豆と鶏肉の煮もの さんまのつみれ汁 洋梨ゼリー	牛乳 麦ごはん 厚揚げのごまだれ焼 ｷｬﾍﾞﾂとﾓﾔｼの甘辛炒め 水菜とえのきの肉団子 スープ	牛乳 ワカメごはん さわらのねぎマヨ焼き もやしのごま醤油あえ 高野豆腐のみそ汁	牛乳 麦ごはん 高野豆腐衣のヤンニョムチキン 納豆あえ（チーズ無） とりごぼうスープ	牛乳 長コッペパン 鮭のカレーチーズ焼き ひじきと枝豆のサラダ ポトフ	牛乳 麦ごはん 南瓜ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ照焼ｿｰｽ わかめとささみのサラダ かぼちゃのポタージュ ﾊﾛｳｨﾝﾐｯｸｽﾍﾞﾘｰﾌﾟﾘﾝ
献立の材料	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) 鱈スタミナ源タレ立田 ホワイトサラダ油 もやし ほうれんそう にんじん ライトツナフレーク水煮 刻みのり いりごま（白） 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） 穀物酢 じゃがいも 玉葱 にんじん 湯通し塩蔵わかめ(塩抜き) 油揚げ かつおだし 岩手田舎みそ【赤】CaFe 信州味噌	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) **鶏と野菜の焼きつくね** 切干しだいこん にんじん つきこんにゃく ごぼう 干しいたけ **スライスちくわ** さやいんげん 米油 三温糖 本みりん 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） かやきせんべい 鶏肉 はくさい にんじん ごぼう ねぎ しめじ かつおだし 岩手丸大豆しょうゆ（うすロ） 料理酒 本みりん はちみつレモンゼリー	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) **焼き目付餃子ＣａＦｅ強化** いんげん豆春雨カット キャベツ きゅうり とうもろこし(ｶｰﾈﾙ冷凍) にんじん 砂糖 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） 穀物酢 ごま油 豚ひき肉 大豆ミートミンチ 料理酒 おろしにんにく おろししょうが 干しいたけ たけのこ水煮せん切 玉葱 ねぎ 豆腐 だいこん 麻婆豆腐 鶏がらスープ 砂糖 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） 片栗粉	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) 国産豚味噌ステーキ **豆竹輪** 三角こんにゃく たけのこ水煮乱切 にんじん むき枝豆 砂糖 料理酒 本みりん 岩手丸大豆しょう（こいロ） 糸かつお だいこん にんじん はくさい 豆腐 じゃがいも 油揚げ かつおだし 岩手田舎みそ【赤】CaFe 信州味噌	牛乳 県産強力粉 食塩 上白糖 脱脂粉乳 **いかナゲット** **たこナゲット** トマトケチャップ 中濃ソース 赤ワイン ダイスカットトマト 砂糖 ブロッコリー きゅうり もやし オリーブドツナ ぽん酢しょうゆ キャベツ にんじん 玉葱 ベーコン パセリ 米油 とろけるクリームシチュー 牛乳 こしょう	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) いなだ おろしにんにく おろししょうが 本みりん 岩手田舎みそ【赤】CaFe トウバンジャン 砂糖 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） ねぎ ごま油 塩麹（日給連） 町産乾燥大豆 豚肉 芽ひじき にんじん つきこんにゃく 砂糖 料理酒 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） そばつゆ ごま油 **骨ごとさんまつみれ** だいこん にんじん ごぼう ねぎ 豆腐 煮干しだし おろししょうが 料理酒 岩手田舎みそ【赤】CaFe 信州味噌 洋梨ゼリー	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) 生揚げ 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） 本みりん 料理酒 砂糖 いりごま（白） すりごま（白） かたくり粉 キャベツ もやし にんじん 国産豚肉プルコギ用味付け ねぎ 米油 おろしにんにく 料理酒 **ﾎﾟｰｸ&ﾁｷﾝﾐｰﾄﾎﾞｰﾙ** えのきたけ水煮 水菜 ねぎ はくさい 鶏がらスープ 本みりん オイスターソース	牛乳 水稲穀粒(精白米) おおむぎ(米粒麦) 強化米 わかめごはんの素 さわら こしょう ノンエッグマヨネーズ 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） ねぎ もやし ほうれんそう にんじん 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） 砂糖 穀物酢 ごま油 すりごま（白） にんじん だいこん じゃがいも しいたけ 大根葉 高野豆腐せん切 かつおだし 岩手田舎みそ【赤】CaFe 信州味噌	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) 鶏肉 こいくちしょうゆ おろしにんにく 高野豆腐粉末 かたくり粉 ホワイトサラダ油 コチジャン トマトケチャップ 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） 本みりん 砂糖 水 いりごま（白） ひきわり納豆 ほうれんそう にんじん はくさい ねぎ 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） そばつゆ 刻みのり 米油 鶏肉 ごぼう にんじん 玉ねぎ えのきたけ水煮 豆腐 岩手丸大豆しょうゆ（うすロ） 食塩 こしょう混合	牛乳 県産強力粉 食塩 上白糖 脱脂粉乳 しろさけ切り身 ノンエッグマヨネーズ カレー粉 こしょう シュレッドチーズ 芽ひじき **ぷるぷる寒天 - 耐熱 -** むき枝豆 れんこん水煮いちょう切 とうもろこし（ｶｰﾈﾙ冷凍） 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） 本みりん ベーコン じゃがいも 玉葱 にんじん キャベツ しめじ ブロッコリー コンソメ こしょう	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) かぼちゃ型ハンバーグ 岩手丸大豆しょうゆ（こいロ） 料理酒 本みりん 砂糖 だいこん きゅうり とうもろこし(ｶｰﾈﾙ冷凍) ささみフレーク 湯通し塩蔵わかめ(塩抜き) 岩手丸大豆しょうゆ（うすロ） りんご酢 砂糖 ごま油 ベーコン 西洋かぼちゃ 冷凍栗かぼちゃ 玉葱 ぶなしめじ パセリ パンプキンポタージュ 牛乳 こしょう ハロウィンミックス ベリープリン
実施校	全校 ※一部給食無	全校	全校	全校	全校	全校	山小	小学校	全校	全校	全校 ※一部給食無