

令和6年度		10月分 小学校給食予定献立表(広田小学校)				鴻巣市教育委員会	
日曜	献立名	食品の種類				エネルギー たんぱく質	
		エネルギーのものとなる(黄)	体をつくるものとなる(赤)	体の調子を整えるものとなる(緑)	調味料		
1 火	牛乳	牛乳	牛乳			638	
	ごはん	米					
	マーポーなす	油 砂糖 でんぶん ごま油	豚肉 みそ	なす 玉ねぎ にんじん ショウガ にんにく ねぎ	豆板醤 ショウガ 酒 中華だし 塩 こしょう	21.2	
	中華スープ	ごま	鶏肉 うずら卵 豆腐	にんじん えのきたけ チンゲンサイ	中華だし 塩 酒	13%	
	マスカットゼリー	マスカットゼリー					
2 水	【市民の日記念献立】					590	
	牛乳	牛乳	牛乳				
	鴻巣ひなちゃんパン	ひなちゃんパン					
	鶏肉のバーベキューソース	砂糖	鶏肉	玉ねぎ にんにく すりおろしりんご	塩 こしょう 白ワイン トマトピューレ ウスターソース ショウガ	26.9	
	ひなのすサラダ	ごま	わかめ 海藻類	きゅうり サラダごんにゃく にんじん	ドレッシング	18%	
3 木	川幅ワンタンスープ	ワンタンの皮 ごま油	豚肉	にんじん キャベツ もやし ねぎ ショウガ	中華だし 塩 ショウガ	615	
	牛乳	牛乳	牛乳				
	ごはん	米					
	さばのみそ煮	砂糖	さば みそ	ショウガ ねぎ	ショウガ みりん 酒	23.0	
	もやしのおひたし	ひじき		こまつな もやし	ショウガ	15%	
4 金	根菜汁	さといも		にんじん だいこん ごぼう	ショウガ 酒 塩 かつおさばだし	593	
	牛乳	牛乳	牛乳				
	和歌山とんこつしょうゆラーメン	ホット中華めん	豚肉 なると 豆乳	にんにく ショウガ にんじん キャベツ もやし ねぎ だけのこ	こしょう とんこつ ショウガ みりん 酒 塩	27.7	
	手作りしょうまい	しゅまいの皮 でんぶん 砂糖 ごま油	豚肉	ショウガ 玉ねぎ 干しいたけ	ショウガ 塩	19%	
	ミニトマト(2c)			ミニトマト			
7 月	牛乳	牛乳	牛乳			622	
	豚肉とごぼうの炊込みご飯	米 ごま油	豚肉 油揚げ	ごぼう にんじん ショウガ えだまめ	酒 ショウガ 塩		
	だし巻き卵		だし巻き卵				
	あさりのみそ汁	じゃがいも	あさり 豆腐 みそ	ねぎ	かつおさばだし	28.6	
	梨		梨			18%	
8 火	牛乳	牛乳	牛乳			619	
	カレーライス	米					
	油 バター 小麦粉 じゃがいも	豚肉 スキムミルク	ショウガ にんにく 玉ねぎ にんじん すりおろしりんご 炒め玉ねぎ	カレー粉 スープストック こしょう ケチャップ ウスターソース 塩	20.0		
	フルーツポンチ	ぶどうゼリー		パイン みかん 黄桃 こんにゃくダイスレモン		13%	
	牛乳						
9 水	食パン	食パン	牛乳			593	
	フルーベリージャム	フルーベリージャム					
	油 ホワイトル	さけ 牛乳 スキムミルク チーズ	玉ねぎ しめじ	白ワイン 塩 こしょう	31.4		
	さけグラタン			ブロッコリー コーン	塩	21%	
	ブロッコリーとコーン						
10 木	コソメースープ	じゃがいも	ベーコン	にんじん 玉ねぎ キャベツ バセリ	コンソメ 塩 こしょう	590	
	牛乳						
	ごはん	米					
	ジャージヤン豆腐	油 砂糖 でんぶん	豚肉 厚揚げ みそ	にんじん キャベツ ねぎ 干しいたけ ショウガ にんにく ピーマン	ショウガ 酒 豆板醤 中華だし	25.1	
	わかめスープ	ごま 春雨	わかめ	ねぎ にんじん えのきたけ	中華だし 塩 ショウガ	17%	
11 金	味付き小魚						
	牛乳						
	ごどもパンスライス	ごどもパン				606	
	こうのすコロッケ	ボテボースト 油 小麦粉 パン粉	豚肉	玉ねぎ	塩 こしょう 中濃ソース	22.0	
	ボイルキャベツ			キャベツ	塩		
15 火	ミネステ麦麦リゾット	大麦 オリーブオイル	ベーコン あさり	玉ねぎ にんじん ピーマン セロリ トマト にんにく	スープストック 塩 こしょう	15%	
	牛乳					635	
	タンタンメン	ホット中華めん					
	ごま油 でんぶん	豚肉	チンゲンサイ もやし ねぎ にんにく ショウガ	豆板醤 中華だし 酒 塩 ショウガ テンメンジャン	25.5		
	お好み焼き(大阪府の郷土料理)	小麦粉 ながいも	卵 ベーコン かつお節 青のり	キャベツ 玉ねぎ	塩 中濃ソース	16%	
16 水	りんご			りんご			
	牛乳					625	
	さつまいもおこわ	米 もち米 さつまいも 油 ごま			ショウガ 塩		
	きびなごカリカリ焼き(低2c・高3c)			きびなごカリフライ		25.2	
	かす汁(兵庫県の郷土料理)	油	豚肉 さけ 油揚げ みそ	にんじん だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく	和風だし 酒かす	16%	
17 木	柿			柿			
	牛乳					601	
	ツイストパン	ツイストパン					
	焼きうどん	うどん 油	豚肉 なると 油揚げ かつお節 青のり	玉ねぎ にんじん キャベツ	ショウガ 塩 こしょう	24.0	
	たこメンチ	油	たこメンチ				
	わかめサラダ			わかめ	きゅうり コーン だいこん	ドレッシング	16%

日曜	献立名	食品の種類				エネルギー たんぱく質
		エネルギーのものとなる(黄)	体をつくるものとなる(赤)	体の調子を整えるものとなる(緑)	調味料	
18 金	牛乳			牛乳		617
	こまつな豚みそ丼	米				
	のべい汁(新潟県の郷土料理)	砂糖 ごま ごま油 でんぶん	豚肉 みそ	しょうが にんにく こまつな もやし にんじん 千しきたけ	酒 みりん ショウガ 中華だし	25.5
21 月	牛乳			牛乳		17%
	チャーハン	米 砂糖 ごま油	チャーシュー なると	にんじん たけのこ ねぎ 干しいたけ えだまめ	中華だし ショウガ 酒 塩	590
	焼きぎょうざ(低1c・高2c)			ぎょうざ		25.8
22 火	レンフォアタン	春雨 でんぶん	鶏肉 卵	にんじん ねぎ こんにゃく クリームコーン ほうれんそう	中華だし 塩 酒	17%
	牛乳			牛乳		715
	きのうどん	地粉うどん	鶏肉 油揚げ	なめこ まいたけ しめじ にんじん ねぎ	かつおさばだし ショウガ みりん	23.8
23 水	大学いも	さつまいも 油 砂糖 でんぶん ごま				13%
	チーズ		チーズ			
	牛乳			牛乳		590
24 木	れんこんの焼き肉丼	米				
	なすのみそ汁	じゃがいも	油揚げ みそ	なす 玉ねぎ	かつおさばだし	23.3
	牛乳			牛乳		602
25 金	黒パン	黒パン				
	ポークビーンズ	じゃがいも 油 砂糖	豚肉 大豆	玉ねぎ にんじん しめじ にんにく トマト	ケチャップ ウスターソース スープストック 塩 こしょう 白ワイン バブリカ粉	28.7
	プロッコリーサラダ	油 砂糖			プロッコリー サラダごんにゃく キャベツ 玉ねぎ	酢 塩 こしょう 辛子粉
28 月	牛乳			牛乳		672
	ごはん	米				
	さんまの竜田揚げ	油		さんまの竜田揚げ		
29 火	さといものそぼろ煮	さといものそぼろ煮	油 さといも 砂糖 でんぶん	鶏肉 大豆ミート	しょうが	24.7
	こまつなのみそ汁			豆腐 みそ	こまつな えのきたけ	15%
	牛乳			牛乳		
30 水	牛乳					626
	いわしフライ	油		いわしフライ		
	五目煮豆	砂糖 油	鶏肉 さつま揚げ 大豆	ごぼう にんじん こんにゃく えだまめ	中濃ソース	24.6
31 木	ばち汁(兵庫県の郷土料理)	そめん じゃがいも	油揚げ	にんじん 玉ねぎ だいこん 干しいたけ こねぎ	かつおさばだし うすくしょうゆ 塩	16%
	牛乳			牛乳		650
	ナム	ナム				
	カレーミート	じゃがいも 油 小麦粉	豚肉 レバーソロ 大豆	玉ねぎ にんじん ピーマン にんにく ショウガ トマト	白ワイン トマトピューレ ウスターソース カレー粉 スープストック 塩 こしょう ガラムマサラ	25.9
	フルーツナタデコ	ナタデコ			パイン みかん 黄桃 こんにゃくダイスワイン	16%
	牛乳			牛乳		589
	ごはん	米				
	おろしハンバーグ	砂糖 ごま油	ハンバーグ	だいこん	ショウガ 酒 みりん	24.5
	茎わかめのきんぴら	砂糖 ごま油	茎わかめ 豚肉	ごぼう にんじん こんにゃく	ショウガ 酒 唐辛子	17%