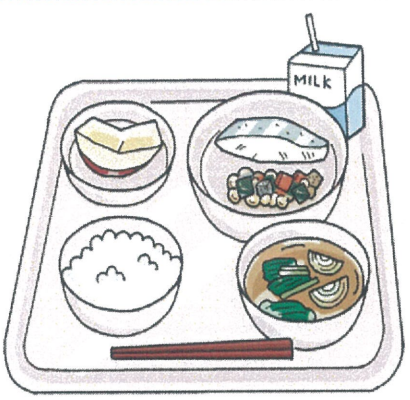


令和4年度10月給食献立予定表

☆乳・卵不使用のベーコン・ハム・マヨネーズ・マーガリンを使用しています。
*調味料などの詳しい食材の内容は「食物アレルギー対応予定献立表」でご確認ください。

多良木町学校給食センター

	月	火	水	木	金
3	はるさめのすのもの ごまめ	ほうれんそうのおひたし いわしのみぞれに	パンパンジーサラダ だいがくいも	こまつなとだいこんのちゅうかあえ シューマイ	7 めのあいごデーメニュー トマトサラダ ブルーベリーゼリー たりやきチキン
こんだて	むぎごはん かぼちゃとじゃがいものそぼろに	しろごはん みそけんちんじる	むぎごはん マーボーはるさめ	むぎごはん ちゅうかふうコーンスープ	かぼちゃパン ポークビーンズ
あかき	ぎゅうにゅう とりにく さつまあげ あつあげ いりこ ハム わかめ ごめ むぎ じゃがいも こんにやく あぶら さとう でんぷん ごま みずあめ はるさめ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ みそ いわしのみぞれに ごめ さといも こんにやく さとう ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく ごめ むぎ はるさめ ごまあぶら さとう さつまいも あぶら くらごま パンパンジードレッシング	ぎゅうにゅう とりにく たまご シューマイ ちりめん ごめ むぎ でんぷん さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず たりやきチキン かぼちゃパン じゃがいも さとう オリーブゆ ブルーベリーゼリー にんじん たまねぎ グリンピース しめじ にんにく トマト きゅうり しょうが
みどり	かぼちゃ にんじん たまねぎ いんげん きゅうり	にんじん だいこん ごぼう しいたけ ねぎ ほうれんそう もやし	たまねぎ にんじん だいのこ きくらげ しょうが ねぎ きゅうり キャベツ	にんじん きくらげ ねぎ コーン たまねぎ だいこん こまつな	
10	11	12	13	14	
こんだて	ひとよしく まさん きゅうにくしゅう 人吉球磨産の牛肉使用 きゅうりとツナのしそあえ	きゅうりのそくせきづけ はるまき	きゅうりとわかめのすのもの さんまのしおやき	ブロッコリーサラダ	
あかき	えごまふりかけ	ゆかりごはん つくねじる	しろごはん さといものみそしる	ココアパン スパゲティナポリタン	
みどり	むぎごはん うどんすき	ぎゅうにゅう つくね あぶらあげ はるまき しおこんぶ ごめ むぎ ごまあぶら	ぎゅうにゅう あぶらあげ とうふ みそ さんま わかめ ごめ さといも ごま さとう	ぎゅうにゅう ベーコン ツナ ココアパン スパゲティ マーガリン マヨネーズ にんじん たまねぎ ピーマン しめじ ブロッコリー きゅうり コーン	
17	18	19	20	21	
こんだて	25	26	27	28	
あかき	きくらげのちゅうかあえ	ひじきサラダ	さんしょくあえ	しえんのみ	
みどり	いろいろやさいとキャベツのメンチカツ	れんこんいりつくね	だいずといりこのかりんとう	ミートボールのあますがらめ	
あかき	むぎごはん わかめスープ	さつまいもごはん あきのみそしる	むぎごはん ちくぜんに	むぎごはん うおそうめんのすましじる	
みどり	ぎゅうにゅう わかめ とりにく とうふ いろいろやさいとキャベツのメンチカツ ちくわ ごめ むぎ あぶら さとう ごまあぶら ごま にんじん たまねぎ ねぎ きくらげ きゅうり もやし	ぎゅうにゅう とうふ みそ れんこんいりつくね ひじき ツナ ごめ さつまいも くらごま マヨネーズ しめじ えのき ごぼう だいこん にんじん ねぎ きゅうり キャベツ	ぎゅうにゅう とりにく さつまあげ だいず いりこ ごめ むぎ こんにやく さといも あぶら さとう くらごま にんじん れんこん ごぼう しいたけ いんげん キャベツ きゅうり もやし	ぎゅうにゅう うおそうめん とうふ わかめ ミートボール ごめ むぎ あぶら さとう にんじん たまねぎ ねぎ ピーマン	
24	25	26	27	28	
こんだて	ひとよしく まさん きゅうにくしゅう 人吉球磨産の牛肉使用 カミカミあえ	けん おしよていきょう まだい しゅう 県から無償提供の真鯛使用 なます	26 多小 黒小 分校 中止	27 久米小 中止	ふるさとくまさんデー ハロウィンメニュー たらぎドレッシングサラダ
あかき	べっこうづけ	まだいのしおやき	ごぼうサラダ	ごますあえ	パンキンババロア ハンバーグ
みどり	むぎごはん ビーフカレー	しろごはん じゃがいものみそしる	むぎごはん こうやどふのたまごとし	しろごはん のっぺいじる	にんじんパン かぼちゃシチュー
あかき	ぎゅうにゅう きゅうにく さきいか こんぶ ごめ むぎ じゃがいも あぶら さとう ごまあぶら ごま	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ みそ まだい ごめ じゃがいも さとう ごま	ぎゅうにゅう こうやどうふ たまご とりにく ごめ むぎ じゃがいも あぶら さとう でんぷん ごま ごまドレッシング	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ ちくわ ごめ さといも こんにやく でんぷん ごめ むぎ あぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう とりにく チーズ ハンバーグ にんじんパン たまねぎドレッシング あぶら パンキンババロア かぼちゃ にんじん たまねぎ しめじ コーン ブロッコリー キャベツ きゅうり
みどり	にんじん たまねぎ しめじ グリーンピース にんにく えだまめ キャベツ べっこうづけ	たまねぎ にんじん えのき ねぎ だいこん	にんじん たまねぎ しいたけ いんげん ごぼう きゅうり キャベツ	にんじん ごぼう しいたけ ねぎ あおのり きゅうり もやし	
31	多中 中止				
こんだて	おかかあえ				
あかき	だいずといりこのあおのりあえ				
みどり	むぎごはん みそおでんふうに				
あかき	ぎゅうにゅう とりにく うすらのたまご あつあげ さつまあげ こんぶ みそ いりこ だいず ちりめん ごめ むぎ さといも こんにやく マーガリン さとう				
みどり	だいこん にんじん いんげん しいたけ キャベツ ほうれんそう				



給食の栄養

学校給食の食事内容は、「児童又は生徒一人一回当たりの学校給食摂取基準」が定められています。また、家庭で不足しがちな栄養素がとれるように考慮しながら、栄養バランスのよい給食をつくっていますので残さずに食べましょう。

*都合により、献立や食材が変更になる場合があります。ご了承ください。*牛乳は、毎日つきます。
*各小中学校によっては、行事等により給食が中止となっている場合があります。献立表の日付の横の給食中止をご確認ください。