

令和7年度

10 月分 予定献立表

幼稚園用

〇村田町学校給食センター〇

今月の給食目標

好ききらいをしないで食べよう

日	曜	給食がない学校	行事食等	献立名		使用する主な材料			栄養価
				主 食	おかず	赤色の食品 (からだをつくる)	緑色の食品 (体の調子を整える)	黄色の食品 (骨や力になる)	
1	水			ごはん	ショウロンボウ わかめとツナの中華和え 肉団子とたまごのスープ	ぶたにく とりにく わかめ ツナ たまご	たまねぎ キャベツ だけのこ コーン きゅうり チンゲンサイ にんじん きくらげ はくさい おぎ	ごめ かたくりこ あぶら ドレッシング ごむぎこ	403 14.5 12.4 1.3
2	木			給食はありません					
3	金			こめこ 米粉パン キャラメルパテ	里手のグラタン わかめサラダ マカロニ入りコンソメスープ	ベーコン ウインナー チーズ わかめ ツナ スキムミルク	たまねぎ にんにく ブロッコリー きゅうり コーン キャベツ にんじん セロリー しめじ	パン キャラメルクリーム ごめこ さといも バター パンこ ドレッシング マカロニ ホワイトソース	478 19.3 17.7 2.3
6	月		お月見 こなたで 献立	わかめごはん	世かまとさつまいもの天ぷら 小松菜のごま和え ひきな汁 みかん	とりにく ささかまぼこ あおのり ちくわ わかめ こおりどうふ	こまつな もやし にんじん だいこん ねぎ こんにゃく みかん	ごめ さとう さつまいも ごま てんぷらこ あぶら	472 14.2 10.2 1.7
7	火			バターロール パン	ベーコンとほうれん草のたまご焼き ツナサラダ マセドアンスープ	たまご チーズ ベーコン ウインナー ツナ	ほうれんそう たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり だいこん セロリー レモン	パン マヨネーズ さとう あぶら マカロニ ノンオイルドレッシング	371 16.0 15.8 2.0
8	水		二小、二中の 紅花使用		チキンカツ キャベツときゅうりの梅和え 白菜と厚揚げのみそ汁	とりにく ちくわ なまあげ みそ	にんじん おぎ はくさい きゅうり キャベツ うめ しめじ	ごめ てんぷらこ パンこ あぶら	409 17.5 10.8 1.8
9	木		村田の あきまつ こなたで 秋祭り献立	紅花ぶかし (ごま塩)	サケのみそ焼き ちくげんに 筑前煮 ヨーグルト にらと豆腐のすまし汁	サケ とりにく 豆腐 ヨーグルト みそ	にんじん にら さやえんどう ごぼう だけのこ しいたけ こんにゃく えのきだけ にんにく べにはな	ごめ もちごめ くり さとう ごま あぶら かたくりこ	428 20.3 10.6 2.2
10	金			終 業 式					
14	火			秋 季 休 業 日					
15	水								
16	木			始 業 式					
17	金		今月の魚は 「サバ」です！ みやぎ すいせん 日 水産の日	ごはん	サバの竜揚げ ひじきの炒り煮 すいとん汁	サバ とりにく ひじき さつまあげ だいす あぶらあげ	にんじん えだまめ だいこん ねぎ ごぼう まいたけ こんにゃく しょうが こんにゃく	ごめ さとう かたくりこ あぶら すいとんこ	478 17.2 16.4 1.6
20	月			ごはん	とくせいや りっちゃんのサラダ じゃがいもとしめじのみそ汁	ぶたにく ハム とうふ かつおぶし あぶらあげ こんぶ みそ	たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん コーン ミニトマト ねぎ しめじ レモン しょうが にんにく	ごめ ごむぎこ あぶら さとう じゃがいも	446 18.2 14.7 1.4
21	火			給食はありません					
22	水			ごはん	豚肉とごぼうのかりと揚げ きゅうりと大根のあさづけ にらたま汁 角チーズ	ぶたにく とうふ たまご チーズ	きゅうり にんじん にら ごぼう だいこん しいたけ えのきだけ しょうが	ごめ かたくりこ あぶら さとう ごま	467 20.4 14.2 1.8
23	木			給食はありません					
24	金			給食はありません					
27	月			給食はありません					
28	火			給食はありません					
29	水		二小 リクエスト きゅうり 給食	五目ごはん	とりの唐揚げ アメリカンサラダ 豚汁 もちアイス	とりにく ぶたにく ハム あぶらあげ とうふ みそ	にんじん ごぼう キャベツ きゅうり ねぎ コーン だいこん はくさい えだまめ こんにゃく レモン しょうが にんにく	ごめ もちごめ あぶら さとう じゃがいも かたくりこ ポテトチップス	553 19.6 19.1 2.0
30	木		せわり 背割りコッペ パン		ケチャップウインナー(2本) 枝豆とコーンのソテー 秋のシチュー	ウインナー ベーコン とりにく なまクリーム スキムミルク	コーン えだまめ ブロッコリー たまねぎ にんじん しめじ にんにく	パン さとう バター さつまいも ホワイトソース	481 15.7 14.4 1.5
31	金		ハロウィン こなたで 献立	むぎ (麦ごはん)	ハヤシライス グリーンサラダ かぼちゃのパウンドケーキ	ぶたにく ハム たまご	たまねぎ にんじん かぼちゃ グリーンピース トマト ブロッコリー きゅうり マッシュルーム にんにく	ごめ むぎ じゃがいも マーガリン あぶら ホットケーキミックス さとう ドレッシング チミグラスウ	456 15.7 12.9 1.4
月平均栄養価				エネルギー： 453kcal たんぱく質： 17.4g 脂質： 14.1g 塩分： 1.8g					

※都合により献立・材料を変更する場合があります。

※ マークがある1日、3日、7日～9日は「地場産品給食の日」です。材料の太字は町内産です。


 丈夫な歯をつくらう!
「カルシウムたっぷりメニュー」

 よくかんで食べよう!
「かみかみメニュー」