

令和8年度

10 月分 予定献立表

幼稚園用

○村田町学校給食センター○

こんげつ きゅうしよくひょう
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 エネルギー kcal たんぱく質 g 脂 質 g 塩 分 g
			主 食	おかず	赤色の食品 （体をつくる）	緑色の食品 （体の調子を整える）	黄色の食品 （熱や力になる）	
1 木			給食はありません					
2 金			パンネ ナポリタン	グリーンサラダ クリームスープ さつまいも蒸しパン	たまご ベーコン ハム とりこく だいす スキムミルク	にんじん たまねぎ マッシュルーム トマト ブロッコリー きゅうり パプリカ セロリー チンゲンサイ にんにく	ホットケーキミックス さとう さつまいも ごま マカロニ オリーブ油 ドレッシング じゃがいも ホワイトソース	481 18.9 14.8 2.1
5 月		ニ小、二中の 紅花使用	（ごはん）	スタミナ丼 わかめの和え物 白菜とえのきのみそ汁	ぶたにく わかめ ツナ あぶらあげ みそ	にんじん たまねぎ にら しめじ たけのこ ブロッコリー きゅうり はくさい えのきたけ ねぎ にんにく しょうが	こめ ごま あぶら さとう ドレッシング じゃがいも	412 21.3 11.0 1.9
6 火		むらた 村田の 秋祭り献立	べにはな 紅花ぶかし ごましお	サゲのみそ焼き 野菜のおかか煮 肉団子のすまし汁	サゲ とりこく かつおぶし とうふ みそ	たけのこ こんにゃく にんじん しいたけ えだまめ えのきたけ ねぎ たまねぎ にんにく ぶどう	こめ もちこめ くり さとう ごま あぶら じゃがいも かたくりこ	414 20.1 9.5 2.3
7 水			ごはん	肉みそ キャベツのナムル 中華たまごスープ	ぶたにく だいす ハム ベーコン たまご とうふ みそ	たけのこ にんじん グリーンピース たまねぎ しいたけ キャベツ だいこん だいすもやし はくさい ねぎ きくらげ しょうが にんにく	こめ あぶら さとう かたくりこ ドレッシング	444 21.5 14.7 1.8
8 木			ごはん	白身魚フライ（タルタルソース） ツナ豆サラダ じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 りんごゼリー	ホキ ツナ だいす あぶらあげ みそ	ブロッコリー きゅうり にんじん だいこん たまねぎ しょうが にんにく	こめ てんぷらこ あぶら パンこ マヨネーズ じゃがいも ゼリー	494 19.3 16.6 1.6
9 金			終 業 式					
13 火			秋 季 休 業 日					
14 水								
15 木			始 業 式					
16 金			（ごはん）	ガバオライス めだま煮 白玉焼き 春雨五目スープ バイナップル	ぶたにく だいす たまご	たまねぎ ヒーマン パプリカ しめじ ねぎ にんじん もやし チンゲンサイ しいたけ にんにく しょうが バイナップル	こめ あぶら さとう はるさめ	477 26.8 14.4 1.9
19 月			ごはん	豚肉とごぼうのかりんと揚げ ひじきの炒り煮 油入り根菜汁	ぶたにく ひじき あぶらあげ だいす とりこく	ごぼう にんじん こんにゃく えだまめ だいこん ねぎ しめじ しょうが	こめ かたくりこ あぶら さとう ごま あぶらふ じゃがいも	454 20.4 11.8 1.6
20 火			給食はありません					
21 水			ココアパン	チキンのバーベキューソースかけ ツナポテトサラダ ジュリエヌスープ オレンジ	とりこく ツナ ベーコン	たまねぎ コーン きゅうり キャベツ にんじん えのきたけ にんにく しょうが オレンジ りんご	パン こむぎこ さとう じゃがいも マヨネーズ	381 17.0 14.2 1.9
22 木			給食はありません					
23 金			給食はありません					
26 月			えびピラフ	とり肉のレモンソースかけ ブロッコリーとハムのサラダ ABCマカロニスープ	エビ とりこく ハム ベーコン	たまねぎ にんじん パプリカ コーン グリーンピース マッシュルーム レモン きゅうり ブロッコリー キャベツ しめじ	こめ バター かたくりこ あぶら さとう ドレッシング マカロニ	425 17.2 14.1 1.9
27 火			ごはん	サンマのねぎソースかけ 小松菜とちくわのおかか和え 大根と油揚げのみそ汁 みかん	サンマ ちくわ かつおぶし あぶらあげ とうふ みそ	ねぎ こまつな コーン キャベツ だいこん にんじん にんにく しょうが みかん	こめ あぶら さとう じゃがいも	465 17.3 15.6 1.9
28 水			給食はありません					
29 木			給食はありません					
30 金			給食はありません					
月平均栄養価			エネルギー： 445kcal たんぱく質： 20.0g 脂質： 13.7g 塩分： 1.9g					

※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6～8日、27日～30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」