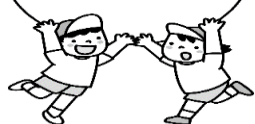
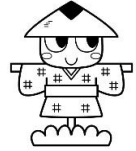


# 令和7年度 10月分献立表（小学校）

筑紫野市学校給食共同調理場

| 月                                                                                                                                                       | 火                                                                                                 | 水                                                           | 木                                                                                                  | 金                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <div> <b>朝ごはんを<br/>毎日食べよう</b><br/>           毎月19日は食育の日         </div> |                                                                                                   | 1                                                           | 2                                                                                                  | 3                                                                                                |
|                                                                                                                                                         |                                                                                                   | ハンバーガー<br>（横割り丸パン<br>ハンバーグバーベキューソース<br>キャベツのサラダ）<br>野菜スープ   | 麦ご飯<br>麻婆豆腐<br>コーンシュウマイ<br>海藻サラダ                                                                   | ビーフカレー（麦ご飯）<br>フルーツヨーグルト                                                                         |
| 6                                                                                                                                                       | 7                                                                                                 | 8                                                           | 9                                                                                                  | 10                                                                                               |
| 麦ご飯<br>すまし汁<br>さんまの甘露煮<br>里芋のそぼろ煮<br>お月見クレープ<br><br>【行事食：十五夜】                                                                                           | かやくご飯<br>（麦ご飯 かやくご飯の具）<br>関東だき<br>たこやき<br><br>【郷土料理：大阪府】                                          | ぶどう食パン<br>きのこの和風スパゲッティ<br>グリルチキン<br>コールスロー                  | 麦ご飯<br>さつま汁<br>いわしの梅の香揚げ<br>ほうれん草の香りและ<br>ブルーベリーゼリー<br><br>【行事食：目の愛護デー】                           | 前期終業式<br><br> |
| 13                                                                                                                                                      | 14                                                                                                | 15                                                          | 16                                                                                                 | 17                                                                                               |
| スポーツの日<br><br>                                                       | 秋 休 み<br><br> |                                                             | 後期始業式<br><br> | 麦ご飯<br>鶏ごぼう汁<br>さばのゆずソース<br>野菜のアーモンド炒め                                                           |
| 20                                                                                                                                                      | 21                                                                                                | 22                                                          | 23                                                                                                 | 24                                                                                               |
| わかめ麦ご飯<br>丸天うどん<br>（うどん 丸天）<br>厚揚げと野菜の炒め物                                                                                                               | パエリア<br>シイラのレモンペッパー焼き<br>さつま芋とアーモンドのサラダ<br><br>【ファイバー献立】                                          | ワンローフパン<br>ビーンズシチュー<br>ほうれん草オムレツ<br>ブロッコリーサラダ<br><br>【鉄人献立】 | 麦ご飯<br>八宝菜<br>白身魚のチリソース<br>みかん                                                                     | 麦ご飯<br>じゃが芋のみそ煮<br>切干大根の温サラダ<br>一食納豆 または<br>一食豆腐・一食だし割しょうゆ<br><br>【選択献立】                         |
| 27                                                                                                                                                      | 28                                                                                                | 29                                                          | 30                                                                                                 | 31                                                                                               |
| 麦ご飯<br>みそ汁<br>豚肉の生姜焼き<br>きゅうりのかぼす和え<br><br>【地場産献立：生姜】                                                                                                   | 麦ご飯<br>厚揚げとじゃが芋のうま煮<br>じゃこふりかけ<br>ブロッコリーのごまみそ和え                                                   | 胚芽食パン<br>豆乳チャウダー<br>鶏肉とレバーのケチャップ煮<br>りんご                    | 麦ご飯<br>磯煮<br>筑紫野野菜の玉子焼き<br>彩り野菜のおかか炒め<br><br>【和食の日】                                                | 麦ご飯<br>だご汁<br>かぼちゃとさつま芋のコロッケ<br>茎わかめの炒め煮                                                         |

行事食・・・十五夜にちなんで「里芋のそぼろ煮」や「お月見クレープ」を取り入れています。

郷土料理・・・4月から始まった大阪万博も10月13日で終わります。10月は大阪の郷土料理を取り入れました。

行事食・・・10月10日の目の愛護デーにちなんで、目に良い食品を取り入れました。

ファイバー献立・・・さつまいもには食物繊維が豊富に含まれています。

鉄人献立・・・大豆には鉄分が豊富に含まれています。

選択献立・・・大豆は良質なたんぱく質が豊富で「畑の肉」と言われています。24日は大豆製品の選択献立です。

地場産献立・・・筑紫野市の山口地区でとれた生姜を使用する予定です。

和食の日・・・給食のお米も10月下旬あたりから新米に変わり始めます。

☆材料入荷の都合などにより、献立を変更することがあります。

☆牛乳は毎日あります。

☆献立表裏面の★印については、各学校に配布した資料「令和7年度学校給食で使用する物資一覧（★印表）」に詳しく記載しています。資料につきましては、各学校にお問い合わせください。

☆アレルギー代替食については、（代）で記載しています。

☆裏面のアレルギー表示の※印の表示は、その加工品に※印の食品は含まれていませんが、同じ製造工場で※印の食品を含む加工品が製造されていることを表しています。

☆学年により、主食や副食の量が違うことがあります。

☆食物アレルギーや献立内容などお尋ねになりたいことがありましたら、共同調理場へご連絡ください。TEL923-6466