平成30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
1	2	3	4	5
鶏ごぼう丼（麦ご飯） じゃがもちのすまし汁 ブロッコリーのごま和え りんごゼリー	麦ご飯 みそ汁 鯖のごまソースかけ 茎わかめの炒め煮 【和食の日】	カレードッグ （背割りコッペパン カレードッグの具） ミネストローネ オレンジ 一食チーズ （代）一食いりこ	秋休み 	
8	9	10	11	12
体育の日 	麦ご飯 みそ汁 ハンバーグきのこソース 野菜のじゃこ炒め	胚芽食パン 野菜スープ トマトオムレツ 人参とツナのソテー 一食ブルーベリージャム 【行事食：目の愛護デー】	麦ご飯 家常豆腐 コーン焼売 海藻サラダ	キーマカレー（雑穀ご飯） タンドリーチキン レモンサラダ 【世界の料理：インド】
15	16	17	18	19
麦ご飯 高野豆腐の煮物 さんまのみりん干し 切干大根の即席漬け 【鉄人献立】	麦ご飯 みそ汁 豚肉の生姜焼き 野菜炒め 【地場産献立：生姜】	米粉パン きのことツナのスパゲティ さつま芋とアーモンドのサラダ りんご	麦ご飯 あさり入り麻婆豆腐 焼き春巻 中華炒め	麦ご飯 根菜汁 あじフライ もやしのごまみそ和え 一食しそひじき
22	23	24	25	26
パエリア チキンナゲット 赤いんげん豆のサラダ ヨーグルト （代）ぶどうゼリー	麦ご飯 きのこ汁 さばの味噌煮 ごぼうのごまだれ和え 【ファイバー献立】	ワンローフパン ビーンズシチュー アーモンドサラダ りんご	麦ご飯 さつま汁 きびなごの天ぷら 春菊の香り和え	わかめ麦ご飯 丸天うどん （うどん　丸天） れんこんきんぴら 一食黒糖ビーンズ
29	30	31		
麦ご飯 肉団子のスープ 五色揚げ煮 みかん 一食さかなふりかけ	麦ご飯 肉じゃが 千草焼（玉子焼き） 白菜の昆布和え 一食納豆　または 一食豆腐 【選択献立】	ワンローフパン かぼちゃポタージュ 鶏のレモンソース煮 ブロッコリーサラダ		

和食の日・・・・・みそ汁は、いりこをつかってだしをとっています。

行事食・・・・・・１０月１０日は目の愛護デーです。目に良い食材であるブルーベリーを使ったジャムをつけています。目の健康を保つ働きのある栄養素のビタミンＡ（カロテン）が多く含まれる緑黄色野菜もたくさん使っています。

世界の料理・・・・インドの料理です。キーマカレーはひき肉を使ったカレーで、今回はミートボールを使っています。

鉄人献立・・・・・切干大根には鉄がたくさん含まれています。

地場産献立・・・・豚肉の生姜焼きの生姜は、筑紫野市でとれたものを使用する予定です。

ファイバー献立・・秋が旬のきのこには、食物繊維がたくさん含まれています。

選択献立・・・・・大豆の加工品の選択です。

☆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「平成３０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