



10月こんだて表



令和6年10月号
日野町教育委員会
中学校

日曜日	スプーン	献立名			たんぱく質	無機質	炭水化物	脂質	ビタミン
1火		牛乳	コッペパン	日野菜コロッケ キャベツサラダ きのこのクリームスープ	とり肉 豆乳	牛乳	パン 日野菜コロッケ	油 ドレッシング ホワイトルウ	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ しめじ エリンギ
2水		牛乳	麦ご飯	ハヤシシチュー マカロニサラダ	豚肉 ツナ	牛乳	米 大麦 じゃがいも マカロニ	油 ハヤシルウ ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ にんにく にんじん トマト とうもろこし ブロッコリー
7月		牛乳	ご飯	白身魚の香味ソース 中華サラダ わかめスープ	タラ とり肉	牛乳 わかめ	米 でんぶん 砂糖	油 ドレッシング	白ねぎ しょうが にんにく もやし きゅうり にんじん たまねぎ にんじん しめじ
8火		牛乳	肉飯	フロッコリーのごま和え じゃがいものみぞ汁	牛肉 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	米 砂糖 じゃがいも	ごま	たまねぎ にんじん ブロッコリー たまねぎ にんじん ねぎ
9水		牛乳	ご飯	さばのみぞ焼き きんぴらごぼう すまし汁	さば みそ さつま揚げ とり肉 豆腐 かまぼこ	牛乳	米 砂糖	ごま ごま油	ごぼう にんじん さやいんげん たまねぎ にんじん ねぎ
10木		牛乳	ソフトめん	ミートソース イタリアンサラダ ブルーベリーゼリー	とり肉 豚肉 大豆	牛乳	ソフトめん レンズ豆 ブルーベリーゼリー	オリーブ油 ハヤシルウ ドレッシング	にんにく たまねぎ トマト キャベツ きゅうり 赤パプリカ 目の愛護デー
11金		牛乳	麦ご飯	すき焼き煮 春雨の酢の物	とり肉 焼き豆腐	牛乳	米 大麦 ふ 砂糖 春雨 砂糖		たまねぎ 白菜 白ねぎ こんにゃく ごぼう にんじん きゅうり
15火		牛乳	きなこ揚げパン	トマトオムレツ ポトフ	きな粉 トマトオムレツ 豚肉	牛乳	パン 砂糖 じゃがいも	油	たまねぎ にんじん キャベツ
16水		牛乳	ご飯	あじのかレーマヨ焼き ひじきの炒め物 かぼちゃのみぞ汁	あじ 大豆 さつま揚げ 豆腐 油揚げ みそ	牛乳 ひじき	米 砂糖	ノンエッグマヨネーズ 油	赤こんにゃく さやいんげん かぼちゃ しめじ たまねぎ にんじん ねぎ
17木		牛乳	日野菜チャップハン	肉団子(甘酢) 野菜スープ	卵 肉団子 とり肉	牛乳 	米 じゃがいも	ごま油 オリーブ油	日野菜 ひのなちゃんの日 にんじん たまねぎ とうもろこし
21月		牛乳	ご飯	とりの照り焼き 茎わかめのきんぴら 卵のみぞ汁	とり肉 ちくわ 卵 豆腐 みそ	牛乳 茎わかめ	米 砂糖 砂糖	油	赤こんにゃく たまねぎ にんじん ねぎ
22火		牛乳	ミニコッペパン	焼きそば ごぼうサラダ	豚肉	牛乳 青のり しそひじき	パン 焼きそばめん	油 ノンエッグマヨネーズ	キャベツ たまねぎ もやし にんじん ごぼう きゅうり 赤こんにゃく
23水		牛乳	麦ご飯	さけの塩麹焼き かりかりあえ 豚汁	さけ 豚肉 豆腐 みそ	牛乳	米 大麦		キャベツ こまつな つぼ漬け 大根 にんじん こんにゃく たまねぎ ねぎ
24木		牛乳	中華めん	ちゃんぽん汁 大学芋 ゆで枝豆	豚肉 かまぼこ	牛乳	中華めん さつまもち 砂糖 でんぶん	油	たまねぎ キャベツ もやし にんじん ねぎ 枝豆
25金		牛乳	麦ご飯	ハンバーグケチャップソース 日野菜のポテトサラダ 野菜スープ	ハンバーグ	牛乳	米 大麦 砂糖 じゃがいも	ノンエッグマヨネーズ	日野菜 とうもろこし きゅうり にんじん たまねぎ 大根 しめじ ねぎ
28月		牛乳	ご飯	ぎょうざの甘酢かけ ごまあえ かんぴょうの卵とし汁	ぎょうざ 卵 とり肉	牛乳	米 砂糖	ごま	国スホ輝スホ開催県めぐり 栃木県 きゅうり にんじん もやし かんぴょう たまねぎ ねぎ
29火		牛乳	食パン	いかのバジル焼き ツナサラダ ミネストローネ	いか ツナ とり肉	牛乳	パン じゃがいも	ドレッシング オリーブ油	バジル キャベツ とうもろこし ブロッコリー にんじん たまねぎ にんにく トマト
30水		牛乳	麦ご飯	ポークカレー 海そうサラダ	豚肉	牛乳 わかめ	米 大麦 じゃがいも	油 カレールウ ドレッシング	たまねぎ にんじん にんにく トマト きゅうり キャベツ
31木		飲むヨーグルト	麦ご飯	手作りふりかけ こまつなとキャベツのおひたし ジンジャーとうもろこし芋煮	かつおぶし 豚肉 厚揚げ	飲むヨーグルト 昆布	米 大麦 砂糖 さといも 砂糖 でんぶん	ごま	日野菜 キャベツ こまつな しょうが たまねぎ にんじん こんにゃく ねぎ

★材料・学校行事の都合により、献立を変更することもありますのでご了承ください。♥スプーンマークの付いた日は、スプーンを持ってくるようお願いです。

お願い：10月分の給食費の口座振替日は、9月30日（月）です。10月分の再振替日は10月15日（火）です。

11月分の給食費の口座振替日は、10月31日（木）です。口座残高の確認をお願いします。

★10月3日（木）・4日（金）は体育祭・体育祭予備日、10月18日（金）は秋季総体で給食はありません。