

令和8年度 10月 予定献立表

鷹巣南部学校給食センター

今月の北秋田市産 ◎ 米 ◎ ねぎ ◎ しらかみにんにく ◎ かぼちゃ ◎ 大豆 ◎ ぜんまい ◎ ふき ◎ りんご おいしい北秋田		ホームページで給食を紹介 北秋田市のHPで学校給食を紹介しています。献立表や給食の写真が閲覧できますのでQRコードからアクセスしてみてください。		献立中の数字は左側がエネルギー(kcal)、右側がたんぱく質(g)を表しています。 【基準値】 <table><tr><td>小</td><td>650</td><td>21.1~32.5</td></tr><tr><td>中</td><td>830</td><td>27.0~41.5</td></tr></table>		小	650	21.1~32.5	中	830	27.0~41.5	1日(木) ごはん にんじんシュウマイ(②) もやしのごまサラダ たいひーえん 太平燕 熊本県のご当地料理です <table><tr><td>小</td><td>614</td><td>22.1</td></tr><tr><td>中</td><td>804</td><td>28.2</td></tr></table>		小	614	22.1	中	804	28.2	2日(金) ごはん コーンみそラーメン ブロッコリーのソテー あげたこ焼き <table><tr><td>小</td><td>630</td><td>24.4</td></tr><tr><td>中</td><td>780</td><td>29.6</td></tr></table>		小	630	24.4	中	780	29.6												
小	650	21.1~32.5																																					
中	830	27.0~41.5																																					
小	614	22.1																																					
中	804	28.2																																					
小	630	24.4																																					
中	780	29.6																																					
5日(月) ごはん あじ 味つき納豆 ぶた 豚キムチ炒め にく 肉だんご入りけんちん汁 なし 梨 <table><tr><td>小</td><td>635</td><td>27.1</td></tr><tr><td>中</td><td>795</td><td>33.0</td></tr></table>		小	635	27.1	中	795	33.0	6日(火) ごはん とり 鶏つくねのおろしソース しお 塩きんぴら じゃがいものみそ汁 <table><tr><td>小</td><td>626</td><td>29.5</td></tr><tr><td>中</td><td>807</td><td>36.0</td></tr></table>		小	626	29.5	中	807	36.0	7日(水) チーズカレー (チーズ別盛り) あき 秋のフルーツヨーグルト 北秋田市産のりんご、男鹿市産のなしを使用! <table><tr><td>小</td><td>756</td><td>26.0</td></tr><tr><td>中</td><td>932</td><td>31.4</td></tr></table>		小	756	26.0	中	932	31.4	8日(木) ごはん いわしのおろし煮 わふう 和風ポテト しめじのみそ汁 <table><tr><td>小</td><td>612</td><td>26.8</td></tr><tr><td>中</td><td>778</td><td>33.0</td></tr></table>		小	612	26.8	中	778	33.0	9日(金) 10月10日は白の愛護デー 黒糖コッペパン のり塩ポテトコロッケ キャベツのサラダ たま 玉ねぎのクリームスープ ブルーベリーゼリー <table><tr><td>小</td><td>633</td><td>19.8</td></tr><tr><td>中</td><td>793</td><td>24.9</td></tr></table>		小	633	19.8	中	793	24.9
小	635	27.1																																					
中	795	33.0																																					
小	626	29.5																																					
中	807	36.0																																					
小	756	26.0																																					
中	932	31.4																																					
小	612	26.8																																					
中	778	33.0																																					
小	633	19.8																																					
中	793	24.9																																					
12日(月) スポーツの日		13日(火) 【さつまいもの日】 ごはん さばの塩焼き ちくぜんに 筑前煮 ほうれん草のみそ汁 おやつ焼きいも <table><tr><td>小</td><td>697</td><td>32.4</td></tr><tr><td>中</td><td>835</td><td>36.4</td></tr></table>		小	697	32.4	中	835	36.4	14日(水) かみかみピビンバ わかめスープ てつく 手作りアップルパイ <table><tr><td>小</td><td>635</td><td>22.9</td></tr><tr><td>中</td><td>816</td><td>28.3</td></tr></table>		小	635	22.9	中	816	28.3	15日(木) 【減塩 献立】 ごはん 焼き栗コロッケ ほうろくの回鍋肉 だいこん 大根の中華スープ <table><tr><td>小</td><td>650</td><td>20.6</td></tr><tr><td>中</td><td>802</td><td>24.5</td></tr></table>		小	650	20.6	中	802	24.5	16日(金) 給食では初登場!? たんたん 坦々めん ブロッコリーのソテー こめこ 米粉スイーツポテト <table><tr><td>小</td><td>642</td><td>29.9</td></tr><tr><td>中</td><td>810</td><td>37.8</td></tr></table>		小	642	29.9	中	810	37.8						
小	697	32.4																																					
中	835	36.4																																					
小	635	22.9																																					
中	816	28.3																																					
小	650	20.6																																					
中	802	24.5																																					
小	642	29.9																																					
中	810	37.8																																					
19日(月) 【食育の日】 ごはん ヤンニョムチキン ジャーマンポテト ABCスープ <table><tr><td>小</td><td>660</td><td>26.2</td></tr><tr><td>中</td><td>823</td><td>29.2</td></tr></table>		小	660	26.2	中	823	29.2	20日(火) ごはん とり 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーサラダ チンゲン菜のスープ <table><tr><td>小</td><td>601</td><td>25.0</td></tr><tr><td>中</td><td>762</td><td>31.2</td></tr></table>		小	601	25.0	中	762	31.2	21日(水) マーボー たま 玉ねぎのスープ なし 梨ゼリー <table><tr><td>小</td><td>657</td><td>27.6</td></tr><tr><td>中</td><td>822</td><td>34.2</td></tr></table>		小	657	27.6	中	822	34.2	22日(木) ごはん さけ 鮭のキャロットソース焼き きんぴら 茎わかめのきんぴら こまつな 小松菜のみそ汁 <table><tr><td>小</td><td>609</td><td>29.4</td></tr><tr><td>中</td><td>789</td><td>33.5</td></tr></table>		小	609	29.4	中	789	33.5	23日(金) せわ 背割りコッペパン フランクフルト スパゲティナポリタン やさい 野菜スープ ぶどうゼリー <table><tr><td>小</td><td>634</td><td>24.0</td></tr><tr><td>中</td><td>799</td><td>30.3</td></tr></table>		小	634	24.0	中	799	30.3
小	660	26.2																																					
中	823	29.2																																					
小	601	25.0																																					
中	762	31.2																																					
小	657	27.6																																					
中	822	34.2																																					
小	609	29.4																																					
中	789	33.5																																					
小	634	24.0																																					
中	799	30.3																																					
26日(月) ごはん おかかふりかけ ぼう 棒ギョーザ しおにく 塩肉じゃが とうふ 豆腐の中華スープ <table><tr><td>小</td><td>602</td><td>21.2</td></tr><tr><td>中</td><td>776</td><td>25.1</td></tr></table>		小	602	21.2	中	776	25.1	27日(火) ごはん とり 鶏肉の照り焼き えだまめ 枝豆入りひじきの煮物 いものこ汁 <table><tr><td>小</td><td>604</td><td>31.6</td></tr><tr><td>中</td><td>776</td><td>36.3</td></tr></table>		小	604	31.6	中	776	36.3	28日(水) シシリアンライス 佐賀県のご当地料理です。ごはんには甘辛肉と野菜をのせてマヨをかけて食べます バックマヨネーズ にく 肉だんごのスープ <table><tr><td>小</td><td>646</td><td>24.3</td></tr><tr><td>中</td><td>801</td><td>29.9</td></tr></table>		小	646	24.3	中	801	29.9	29日(木) ごはん たら西京 焼き ピーフン入り野菜炒め だいこん 大根のみそ汁 <table><tr><td>小</td><td>564</td><td>26.3</td></tr><tr><td>中</td><td>752</td><td>33.1</td></tr></table>		小	564	26.3	中	752	33.1	30日(金) ハロウィン おばけカレーうどん 中に何が入っているかな!? ミニオンスポテト (小②中③) ハロウィンゼリー <table><tr><td>小</td><td>692</td><td>23.9</td></tr><tr><td>中</td><td>825</td><td>28.8</td></tr></table>		小	692	23.9	中	825	28.8
小	602	21.2																																					
中	776	25.1																																					
小	604	31.6																																					
中	776	36.3																																					
小	646	24.3																																					
中	801	29.9																																					
小	564	26.3																																					
中	752	33.1																																					
小	692	23.9																																					
中	825	28.8																																					

※ 材料の都合により、献立や食材の産地が変更になる場合があります。ご了承ください。

※ ひとり当たりにつく個数を②③で表しています。