

令和7年度10月分 中学校給食献立表

岸和田市教育委員会

『食欲の秋』がやってきました。今月の給食には旬をむかえる食材がたくさん使われています。献立から旬の食材を見つけられますか？秋を感じながら、給食を楽しんでくださいね。



★年間目標★
感謝の気持ちで、協力して
楽しい給食時間にしよう

☆10月の目標☆
旬の食材を知ろう

今月の みつば は
大阪府内産を使用します。

月			火			水			木			金		
6			7			8			9			10		
●牛乳			●牛乳			●牛乳			●牛乳			●牛乳		
ごはん			減量わかめごはん			コッペパン			ごはん			キャロットピラフ		
■米			■米 ●わかめごはんの素			■コッペパン			■米			■米 ●●キャロットピラフの素		
鶏肉と白ねぎの焼きとり風			揚げそば			プレーンオムレツ			豚肉とさつまいもの炒め煮			カレーコロッケ		
●鶏肉 ■砂糖 しょうゆ			●豚肉 ▲はくさい しょうゆ			●プレーンオムレツ			●豚肉 ■砂糖 みりん			■カレーコロッケ ■油		
▲白ねぎ ■片栗粉 料理酒			▲おろししょうが ▲チンゲンサイ 淡口しょうゆ			▲キャベツ ■サラダ油 塩			■さつまいも 料理酒 しょうゆ			ハムとききのこの温マリネ		
芋と団子の煮物			皿うどんのあん			キャベツとコーンのソテー			こんにゃく寒天のサラダ			●ハム ▲たまねぎ こしょう		
●牛肉 ■砂糖 淡口しょうゆ			▲にんじん ■片栗粉 塩			▲ホールコーン ■片栗粉 こしょう			▲にんじん こんにゃく寒天 ●昆布パウダー			▲エリンギ ■オリーブオイル 白ワイン		
■さといも 削りばし しょうゆ			▲たまねぎ 野菜ブイヨン こしょう			●ピーンズシチュー			▲きゅうり ■砂糖 酢			▲ぶなしめじ ■砂糖 酢		
■白玉もち みりん			▲干しいたけ 料理酒			●豚肉 ■ひよこ豆 ケチャップ			●チキンフレーク ■サラダ油 淡口しょうゆ			▲えのきたけ 塩 淡口しょうゆ		
なめこのみそ汁			きびなごのポテト衣フライ			●ピーンズシチュー			豆腐と油揚げのみそ汁			パンプキンスープ		
▲にんじん ▲なめこ ●白みそ			●●きびなごのポテト衣フライ ■油			▲おろしにんにく ▲トマト水煮 ウスターソース			●豆腐 ▲たまねぎ ●わかめ			●鶏肉 ▲かぼちゃ 塩		
▲たまねぎ ▲青ねぎ 削りばし			●バンバンジー風サラダ			▲たまねぎ ▲乳・小麦なしブラウnlw			●油揚げ ▲太もやし ●赤みそ			▲にんじん ▲かぼちゃペースト こしょう		
▲大根 ●赤みそ だし昆布			▲キャベツ ▲にんじん ■ごまドレッシング			▲にんじん ■砂糖 濃厚ソース			▲にんじん ▲青ねぎ 削りばし			▲たまねぎ 野菜ブイヨン		
▲月見ゼリー(ぶどう)			▲きゅうり ●チキンフレーク			■じゃがいも 野菜ブイヨン こしょう						●●日の愛護デー●●		
						■金時豆								