

10 月 こんだてひょう

令和 7 年度

玖珠町学校給食センター

日 曜	こんだてめい 献立名	ち にく ほね 血や肉・骨に なるもの	ねつ ちから 熱や力に なるもの	からだちょうし 体の調子を ととのえるもの	アレルギー28品目 下線はコンタミ
1 水	ミルクパン にこ 煮込みハンバーグ		パン		小麦 乳 大豆
ぎゅうにゅう 牛乳	とりにく 鶏肉とごぼうのスープ	ハンバーグ（とりにく ぶたにく）	さとう	たまねぎ マッシュルーム にんじん いんげん	卵 乳 えび かに 落花生 小 麦 大豆 鶏肉 豚肉
2 木	ごはん		こめ		
ぎゅうにゅう 牛乳	マーボーなす	ぶたにく みそ	ごまあぶら さとう でんぷん	しょうが にんにく たまねぎ にんじん なす にら	ごま 大豆 豚肉
ぎゅうにゅう 牛乳	かきたまコーンスープ	うおそうめん（たら） とろろ たまご	でんぷん	クリームコーン ほうれんそう	卵 小麦 大豆 豚肉
3 金	ごはん		こめ		
ぎゅうにゅう 牛乳	て や ぶり照り焼き	ぶり	さとう		小麦 大豆
ぎゅうにゅう 牛乳	ぶた じゃが豚キムチ	ぶたにく	あぶら じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん いとこんにやく は くさいキムチ にら	大豆 豚肉
6 月	ごはん		こめ		
ぎゅうにゅう 牛乳	しおや さばの塩焼き	さば			さば さけ いか 大豆 小麦
ぎゅうにゅう 牛乳	いもめいげつ 芋名月のみそ汁	あぶらあげ わかめ みそ	さつまいも さといも	たまねぎ えのき ねぎ	大豆
ぎゅうにゅう 牛乳	つきみ お月見だんご		じょうしんこ（こめこ） さとう でんぷ ん		小麦 大豆
7 火	ごはん		こめ		
ぎゅうにゅう 牛乳	だいがくいも 大学芋		さつまいも あぶら ごま さとう		小麦 ごま 大豆
ぎゅうにゅう 牛乳	はくさい 白菜スープ	ぶたにく		にんじん たまねぎ コーン はくさい ねぎ	大豆 鶏肉 豚肉
ぎゅうにゅう 牛乳	こめ やさい お米と野菜ふりかけ		こめ マッシュポテト さとう ひえ で んぷん	トマト たまねぎ かぼちゃ ほうれん そう	
8 水	こくとう 黒糖パン		パン くるごとう		小麦 乳 大豆
ぎゅうにゅう 牛乳	まめ あ ひよこ豆のから揚げ	ひよこめめ あおのり	あぶら でんぷん		えび かに 大豆
ぎゅうにゅう 牛乳	ビーフシチュー	ぎゅうにく	あぶら じゃがいも くるごとう	たまねぎ にんじん えだまめ	卵 乳 えび かに 落花生 小 麦 大豆 鶏肉 豚肉 牛肉
9 木	ごはん		こめ		
ぎゅうにゅう 牛乳	ちんじやおろーすー 青椒肉絲	おおいたわぎゅう	あぶら さとう	しょうが にんにく たけのこ たまねぎ ピーマン	小麦 大豆 牛肉
ぎゅうにゅう 牛乳	トックのスープ	とりにく	ごまあぶら トック	だいこん たまねぎ しいたけ こまつ な ねぎ	ごま 大豆 鶏肉
10 金	ごはん		こめ		
ぎゅうにゅう 牛乳	こうやどうふ たまご 高野豆腐の卵とじ	こうやどうふ たまご	さとう	たまねぎ にんじん きぬさや	卵 大豆
ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにくかんこくふう わかめと牛肉の韓国風スープ	ぎゅうにく わかめ	ごまあぶら ごま	にんにく だいこん たまねぎ しいた け もやし ねぎ	ごま 大豆 牛肉
ぎゅうにゅう 牛乳	ブルーベリータルト	目の愛護 デー	さとう こめこ あぶら とうもろこしこ	ブルーベリーかじゅう	大豆
14 火	ごはん		こめ		
ぎゅうにゅう 牛乳	とりにく や 鶏肉のみそ焼き	とりにく みそ	さとう	たまねぎ コーン	大豆 鶏肉
ぎゅうにゅう 牛乳	たまご ベーコンとトマトの卵スープ	ベーコン たまご だいずフレーク	でんぷん	たまねぎ にんじん トマト	卵 大豆 豚肉

10 月 こんだてひょう

令和 7 年度

玖珠町学校給食センター

日 曜	こんだてめい 献立名	ち にく ほね 血や肉・骨に なるもの	ねつ ちから 熱や力に なるもの	からだ ちょうし 体の調子を ととのえるもの	アレルギー28品目 下線はコンタミ
15 水	コッペパン (小型) ほうれん草のソテー	チキンハム	パン あぶら	もやし ほうれんそう	小麦 乳 大豆 卵 乳 小麦 大豆 鶏肉
ぎゅうにゅう 牛乳	スパゲティナポリタン	ベーコン ウィナー ゼラチン こな チーズ	あぶら スパゲティ オリーブオイル	にんにく たまねぎ にんじん マッシュ ルーム ピーマン	乳 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ゼ ラチン
16 木	ごはん あかうお 赤魚のごまだれ	あかうお	こめ でんぷん あぶら さとう ごま		ごま 大豆
ぎゅうにゅう 牛乳	けんちん汁	とりく とうふ	ごまあぶら さといも	ごぼう しいたけ にんじん こんにやく ねぎ	ごま 大豆 鶏肉
17 金	ごはん いかなゲット (小2個、中3個)	いか たちうお とんし (ぶたのあぶ ら) だいずこ	こめ あぶら パンこ こむぎこ		いか 豚肉 大豆 小麦 えび か に
ぎゅうにゅう 牛乳	くろしまりゅう 久留島流すきやき	ふるさと 給食 おおいたわぎゅう とうふ	あぶら さとう	たまねぎ にんじん いとこんにやく は くさい えのき ねぎ	大豆 牛肉
20 月	むぎ 麦ごはん ほうれん草の煮びたし	さつまあげ	こめ おおむぎ(もちむぎ)	はくさい えのき ほうれんそう	えび かに 大豆
ぎゅうにゅう 牛乳	どうわ さと 童話の里カレー	ぎゅうにく	あぶら さとう さつまいも おおむぎこ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん	小麦 大豆 牛肉
21 火	こう 香ばししょうゆ菜めし いかねぎ焼き	わかめ かつおぶし さかなのすりみ いか とんし (ぶたの あぶら)	こめ ごま さとう あぶら やまいも でんぷん さとう	ひろしまな きよな だいこんば ねぎ	小麦 ごま 大豆 えび かに いか 豚肉 やまいも
ぎゅうにゅう 牛乳	みずた 水炊き	とりく とうふ あぶらあげ	マロニー	しょうが にんじん はくさい えのき ねぎ かぼすかじゅう	大豆 鶏肉
22 水	ミルクパン ケチャップ味肉団子 (2個)	とりく とんし (ぶたのあぶら)	パン あぶら さとう	たまねぎ トマト	小麦 乳 大豆 大豆 鶏肉 豚肉
ぎゅうにゅう 牛乳	あき ぐだくさん 秋の具沢山シチュー	ベーコン さけ とうにゅう ぎゅうにゅう チーズ	あぶら さつまいも こめこ	たまねぎ にんじん しめじ コーン パセリ	乳 えび 小麦 大豆 豚肉 い か さけ さば
23 木	ごはん おでん	こんぶ うずらたまご てんぷら (さか なのすりみ)	こめ さといも てんぷら (でんぷん あぶら さとう)	だいこん こんにやく にんじん	卵 大豆 小麦 いか さば
ぎゅうにゅう 牛乳	たんたんふう 坦々風スープ	ぶたにく つくね (とりく) とうふ	ねりごま ごまあぶら つくね (さと う)	にんにく はくさい こまつな ねぎ つ くね (たまねぎ)	卵 乳 小麦 ごま 大豆 鶏肉 豚肉
24 金	ごはん ガパオライス	ぶたにく	こめ ごまあぶら さとう でんぷん	にんにく たまねぎ にんじん しめじ ピーマン	小麦 ごま 大豆 豚肉
ぎゅうにゅう 牛乳	い じる ごぼう入りつみれ汁	しろみざかなのだんご (さかなのすり み とうふ) かまぼこ とうふ	しろみざかなのだんご (でんぷん)	たまねぎ ごぼう はくさい しょうが ねぎ	小麦 大豆
27 月	ごはん あじ煮つけ	あじ	こめ さとう でんぷん	レモンかじゅう	大豆 小麦
ぎゅうにゅう 牛乳	すい 水ぎょうざ	すいぎょうざ (とりく ぶたにく とん し だいずこ)	すいぎょうざ (こむぎこ あぶら)	にんじん もやし にら すいぎょうざ (きゃべつ ねぎ)	卵 乳 えび かに 小麦 ごま 大豆 鶏肉 豚肉
28 火	ごはん ひじきの中華ソテー	ぶたにく ひじき	こめ ごまあぶら	にんにく しょうが にんじん たけのこ こんにやく いんげん	ごま 大豆 豚肉
ぎゅうにゅう 牛乳	おやこ に 親子煮	とりく こうやどうふ ちくわ たまご	あぶら じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん きぬさや	卵 えび かに 小麦 大豆 鶏 肉

10 月 こんだてひょう

令和 7 年度 玖珠町学校給食センター

日 曜	こんだてめい 献立名	ち にく ほね 血や肉・骨に なるもの	ねつ ちから 熱や力に なるもの	からだちょうし 体の調子を ととのえるもの	アレルギー28品目 下線はコンタミ
29 水	こめこ かがた 米粉パン (小型)		パン		小麦 乳 大豆
	そう ほうれん草ときのこのソテー	チキンハム	あぶら	しめじ エリンギ ほうれんそう	卵 乳 小麦 大豆 豚肉
ぎゅうにゅう 牛乳	やきそば	ぶたにく ちくわ	あぶら やきそば (こむぎこ あぶら さとう)	たまねぎ にんじん もやし きゃべつ ねぎ	えび かに 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 もも りんご
30 木	ごはん あきやさい にも 秋野菜の煮物	ぶたにく ちくわ	こめ		
			あぶら くり さといも さとう	にんじん れんこん だいこん しめじ いんげん	えび かに 小麦 大豆 豚肉
ぎゅうにゅう 牛乳	いしかりじる 石狩汁	あぶらあげ とうふ さけ みそ	じゃがいも	たまねぎ コーン ねぎ	えび 小麦 大豆 いか さば さ け
31 金	ごはん		こめ		
	チキンライスの具	とりにく	あぶら バター	にんにく たまねぎ にんじん えだま め	乳 大豆 鶏肉
	いなかふう 田舎風スープ	ベーコン ハロウィンかまぼこ (たら ぎよにく)	じゃがいも かまぼこ (でんぷん さと う あぶら)	たまねぎ コーン きゃべつ かまぼこ (かぼちゃ)	小麦 大豆 豚肉
ぎゅうにゅう 牛乳	かぼちゃのマフィン	とうにゅう だいずこ	さとう こめこ あぶら でんぷん	かぼちゃ	大豆

* 牛乳は「血や肉・骨になるもの」です。

* 玖珠産食材の使用 米、大麦、乾しいたけ、豆腐、油揚げ、豚肉、その他、表中に二重下線表示している野菜（天候等により変更になる場合があります）

* 献立は予定であり、都合により献立や材料の一部を変更する場合があります。変更の場合は学校等を通じてお知らせします。

* アレルギー表示対象食品は、表示義務のある特定原材料8品目及び特定原材料に準ずるもの20品目です（ただし、法令で表示が義務付けられている「特定原材料」を除き、把握ができない場合もあります）。

* コンタミ（コンタミネーション）とは、製品にはアレルギー物質を含む原材料は使用していないが、食品の製造工程や原材料の漁獲工程などで意図せず混入してしまう可能性があること。食材料のコンタミの他、給食センターでは毎日同じ釜やフライヤーで違う料理を作ることから起こるコンタミの可能性があります。表中アレルギー欄には使用する加工食品のコンタミを下線表示しています（ただし、コンタミは把握しきれない場合もあります）。