

食堂献立表

10月

令和7年度
2025

	献立	使用材料品目		献立	使用材料品目
10/1 Wed	アジフライ イカフライ 生野菜・ミニトマト ナポリタン ほうれん草と人参の和え物 がんも ご飯	(アジ・小麦粉・玉子・パン粉) (イカ・小麦粉・玉子・パン粉) (キャベツ) (スパゲティ・玉ねぎ・ウインナー) (ほうれん草・人参) (ひじき・大豆・人参) (白米)	10/17 Fri	親子丼 生野菜 かぼちゃのコロッケ ベビーDog	(鶏肉・玉ねぎ・青ネギ・たまご) (キャベツ) (かぼちゃ・小麦粉・玉子・パン粉) (ウインナー・たまご・小麦粉)
10/2 Thu	冷やしきつねうどん わかめご飯 サニーレタス 串カツ スパゲッティサラダ ゼリー	(うどん・油揚げ・かまぼこ・青ネギ) (白米・わかめ・胡麻) (豚肉・小麦粉・玉子・パン粉) (スパゲティ・ロースハム・胡瓜)	10/20 Mon	マーボーキャベツ 大根サラダ マカロニサラダ 肉巻き ご飯	(合挽ミンチ・キャベツ・人参・玉ねぎ) (大根・人参) (マカロニ・ロースハム・胡瓜) (牛肉・小麦粉・玉子・パン粉) (白米)
10/3 Fri	豚肉の生姜焼き 生野菜 焼きそば 小松菜と人参の胡麻和え エビかつ ご飯	(豚肉・玉ねぎ・生姜) (キャベツ) (中華そば・玉ねぎ・キャベツ・豚肉) (小松菜・人参・胡麻) (エビ・小麦粉・玉子・パン粉) (白米)	10/21 Tue	チキンの照り焼き 生野菜・ブロッコリー オレンジ きんぴらごぼう カニクリーミコロッケ オクラのおかか和え ご飯	(鶏肉) (キャベツ) (ごぼう・人参・胡麻) (カニ・生クリーム・牛乳・小麦粉・玉子・パン粉) (オクラ・かつお節) (白米)
10/6 Mon	きのこ入り炊き込みご飯 レタスサラダ イカ天ぷら エビ天ぷら	(白米・しめじ・えのき・ちくわ・油揚げ) (レタス・サニーレタス) (イカ・小麦粉) (エビ・小麦粉)	10/22 Wed	ハッシュドポーク グリーンサラダ チキンバー ツナマヨフライ	(豚肉・玉ねぎ・人参) (キャベツ・サニーレタス・レタス) (鶏肉) (ツナ・マヨネーズ・小麦粉・玉子・パン粉)
10/7 Tue	マーボー丼 グリーンサラダ ぎょうざ もやしと人参のナムル	(合挽ミンチ・豆腐・青ネギ・白米) (キャベツ・レタス・サニーレタス) (豚ミンチ・キャベツ・小麦粉) (もやし・人参)	10/23 Thu	八宝菜 ぎょうざ 肉団子 サニーレタス ご飯	(豚肉・白菜・人参・たけのこ・ピーマン・うずら卵) (豚ミンチ・玉ねぎ・小麦粉) (合びきミンチ) (白米)
10/8 Wed	鯖の味噌煮 生野菜・ブロッコリー ほうれん草としめじの和え物 がんも だし巻き玉子 春巻き ご飯	(さば・みそ) (キャベツ) (ほうれん草・しめじ) (ひじき・大豆・人参) (玉子) (春雨・人参・たけのこ) (白米)	10/24 Fri	白身魚の野菜あんかけ ブロッコリーの彩りサラダ カレールーの包み揚げ 彩り野菜の白和え かぼちゃサラダ	(ホキ・片栗粉・玉ねぎ・ピーマン・人参) (ブロッコリー・ロースハム・大豆) (カレー粉・じゃがいも・小麦粉・玉子・パン粉) (ほうれん草・人参・豆腐) (かぼちゃ・小麦粉・玉子・パン粉)
10/9 Thu	カレーライス ミックスサラダ チキンナゲット フライドポテト	(白米・合挽ミンチ・玉ねぎ・人参・メークイン) (キャベツ・人参・コーン) (鶏肉・小麦粉) (じゃがいも)	10/27 Mon	トルコライス グリーンサラダ フライドポテト 三角春巻き	(白米・カレー粉・玉ねぎ・豚肉・小麦粉・玉子・パン粉) (キャベツ・サニーレタス・レタス) (じゃがいも) (春雨・人参・たけのこ・小麦粉)
10/10 Fri	鶏肉の唐揚げ 生野菜 ポテトサラダ エビフライ ひじき煮	(鶏肉・片栗粉・レモン) (キャベツ) (メークイン・ロースハム・胡瓜) (エビ・小麦粉・玉子・パン粉) (ひじき・人参・油揚げ・竹輪)	10/28 Tue	オムライス 生野菜 ブロッコリー ナポリタン 牛肉コロッケ	(白米・たまご・玉ねぎ・人参・ロースハム) (キャベツ) (スパゲティ・ウインナー・玉ねぎ・キャベツ) (牛肉・玉ねぎ・メークイン・小麦粉・玉子・パン粉)
10/14 Tue	たこ焼きうどん ゆかりご飯 サニーレタス イカフライ ポテト	(うどん・たこ・かまぼこ・青ネギ) (白米・ゆかり) (イカ・小麦粉・玉子・パン粉) (じゃがいも)	10/29 Wed	三色丼 温野菜 ミニトマト もやしと人参のナムル ちくわの磯辺揚げ チーズオムレツ	(白米・合挽ミンチ・たまご・ほうれん草) (キャベツ・人参) (もやし・人参) (竹輪・青のり) (チーズ・たまご)
10/15 Wed	牛丼 生野菜 ミニオムレツ メンチカツ	(白米・牛肉・玉ねぎ・青ネギ・たまご) (キャベツ) (たまご) (合びきミンチ・玉ねぎ・小麦粉・玉子・パン粉)	10/30 Thu	鮭の塩焼き 生野菜・ブロッコリー チンゲン菜サラダ 肉団子 れんこんのはさみ揚げ ウインナーチーズ串フライ ご飯	(鮭) (キャベツ) (チンゲン菜・カニカマ) (合挽ミンチ) (れんこん・豚ミンチ・小麦粉) (ウインナー・チーズ・小麦粉・玉子・パン粉) (白米)
10/16 Thu	五目チャーハン サニーレタス 白身フライ 塩野菜 ヒレカツ	(白米・焼き豚・玉ねぎ・人参・たけのこ) (ホキ・小麦粉・玉子・パン粉) (キャベツ・人参) (豚肉・小麦粉・玉子・パン粉)	10/31 Fri	チンジャオロース レタスサラダ マヨたまカツ 焼売 ご飯	(牛肉・ピーマン・玉ねぎ) (レタス・サニーレタス) (たまご・ハム・小麦粉・玉子・パン粉) (豚ミンチ・小麦粉) (白米)