



日	曜	献立名	おもに使われる食品名			アレルギー物質該当原材料名 (食品表示法に基づく28品目)	栄養価	
			おもに熱や力になる食品 (きいろ)	おもに血や肉や骨になる食品 (あか)	おもにからだの調子をととのえる食品 (みどり)		エネルギー kcal	蛋白質 g
1	水	ごはん	米				450	19.5
		どさんこじる	じゃがいも	豚肉 豆腐 みそ	にんにく にんじん たまねぎ とうもろこし もやし ほうれんそう	大豆 豚肉		
		いわしのみぞれに		いわしのみぞれ煮		小麦 大豆 さば		
		カラフルいりたまご	油 砂糖	鶏肉 大豆フレーク 炒り卵	にんじん しいたけ たけのこ ねぎ えだまめ	大豆 卵 鶏肉 小麦		
2	木	ごはん	米				397	15.6
		あじつけのり		あじつけのり				
		しろだしのにくどうふ	大阪府の 郷土料理	豚肉 生揚げ 豆腐	だいこん きくらげ にんじん ねぎ	豚肉 大豆 小麦 さば		
		おこのみやきふうハンバーグ		ねぎ焼き はちみつ でん粉	かつお節 青のり	りんご		
		こんにやくソーテー		油 砂糖 ごま油	鶏肉	しょうが にんじん とうもろこし ほうれんそう こんにやく		
3	金	ごはん	米				473	15.1
		おつきみじる	お月見献立  ☆「おつきみじる」は、 今月の統一です。	さといも	いかボール かまぼこ	しいたけ にんじん だいこん ほうれんそう	いか 小麦 大豆	
		あげどりのレモンソースがけ		油 でん粉 砂糖	鶏肉	たまねぎ レモン汁	鶏肉 小麦 大豆	
		きゅうりときくらげのサラダ(ごまドレッシング)		ごまドレッシング		キャベツ もやし きくらげ きゅうり	ごま	
		〇おつきみゼリー	お月見ゼリー					
6	月	ごはん	米				472	14.6
		レンフオアタン	ごま油 でん粉 春雨	鶏肉 卵	にんじん たまねぎ とうもろこし キャベツ ほうれんそう	鶏肉 卵 ごま		
		ショーロンボー2こ	ごはんに のせて食べよう！	ショーロンボー		豚肉 小麦 大豆 ごま		
		キムタクごはんのぐ		油 ごま	豚肉	しらたき ねぎ 白菜キムチ たくあん にら	豚肉 小麦 大豆 ゼラチン ごま りんご	
7	火	しょくパン	食パン			小麦 大豆	403	17.3
		メープルジャム	メープルジャム					
		きのこたけのこチャウダー	油 じゃがいも ベシメルルウ	さけ 牛乳 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ しめじ マッシュルーム バセリ	乳 さけ 小麦 大豆 豚肉 鶏肉		
		フランクフルトのケチャップがけ	小麦粉 砂糖	フランクフルト		豚肉 大豆 りんご 小麦		
		ほうれんそうのソーテー	油	ベーコン	にんじん とうもろこし ほうれんそう	豚肉 小麦 大豆 鶏肉		
8	水	ごはん	米				428	14.9
		さつまいもとはくさいのみそしる	さつまいも	にぼし粉 豆腐 みそ	にんじん はくさい ねぎ	大豆		
		れんこんのメンチカツ	油	れんこんメンチカツ		小麦 大豆 鶏肉 豚肉		
		ソース				大豆 りんご		
		こまつなのにびたし	砂糖	油揚げ	にんじん こまつな えのきだけ	小麦 大豆		
9	木	ちゅうかめん	中華麺 加須南小学校 リクエスト献立			小麦	413	18.1
		みそラーメンじる		油 ごま油	豚肉 みそ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ キャベツ とうもろこし きくらげ メンマ ねぎ		
		とりにくのからあげ		油 でん粉	鶏肉	鶏肉 小麦 大豆		
		もやしのナムル(ナムルドレッシング)		ナムルドレッシング		にんじん もやし きゅうり		
10	金	ごはん	米				450	17.0
		もちむぎとやさいのスープ	もち麦	鶏肉	にんじん たまねぎ キャベツ バセリ	鶏肉 小麦 大豆 豚肉		
		ハッシュドポテト	ハッシュドポテト			大豆		
		タコスライスのぐ	目の愛護デー 献立  ごはんに のせて食べよう！	油	豚肉 大豆ミート 大豆 みそ チーズ	にんにく たまねぎ にんじん ピーマン トマト	豚肉 大豆 小麦 鶏肉 りんご 乳	
14	火	バターロールパン	バターロールパン			小麦 大豆 乳	379	11.4
		ミネストローネ	砂糖 マカロニ じゃがいも	ベーコン	にんにく たまねぎ にんじん キャベツ しめじ トマト バセリ	豚肉 小麦 大豆 鶏肉		
		さけマヨフライ	油	さけマヨフライ		小麦 卵 大豆 ゼラチン さけ		
		コーンとブロッコリーのサラダ(イタリアンドレッシング)	イタリアンドレッシング		ブロッコリー きゅうり にんじん とうもろこし			
15	水	ごはん	米				490	15.9
		ポークカレー	油 カレールウ じゃがいも	豚肉 豆乳	しょうが にんにく たまねぎ にんじん トマト りんご	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 りんご		
		チキンナゲット2こ		チキンナゲット		小麦 乳 鶏肉 大豆		
		きりぼしだいこんのサラダ(ちゅうかドレッシング)	中華ドレッシング		切り干し大根 もやし きゅうり にんじん	小麦 大豆 ごま 鶏肉 豚肉		
16	木	ごはん	米				440	16.4
		たまねぎとじゃがいものみそしる	じゃがいも	油揚げ みそ	たまねぎ えのきたけ ほうれんそう	大豆		
		さばのガーリックやき		さばのガーリック漬け		小麦 大豆 さば		
		わかめいため	ごま油 砂糖	豚肉 わかめ	しょうが にんじん いんげん とうもろこし	豚肉 ごま 小麦 大豆		
17	金	ごはん	米				402	10.5
		ちゃんこじる		鶏肉だんご 豆腐	にんじん だいこん しめじ はくさい	大豆 小麦 豚肉 鶏肉 ごま		
		やさいコロッケ	油	野菜コロッケ		大豆 小麦		
		ソース				大豆 りんご		
		ピーフンいため	ごま油 ピーフン	豚肉	にんじん たまねぎ たけのこ きくらげ にら	豚肉 ごま 大豆 鶏肉 小麦		

20	月	ごはん	米				395	17.0
		けんちんじる	ごま油	生揚げ	ごぼう にんじん だいこん しいたけ こんにゃく ほうれんそう ねぎ	ごま 大豆 小麦		
		さわらのさいきょうやき		さわら西京味噌漬け		大豆		
		じゃがいものそばろに	油 じゃがいも 砂糖 でん粉	豚肉	にんじん たまねぎ グリンピース	豚肉 小麦 大豆		
21	火	ツイストパン	ツイストパン			小麦 大豆	346	15.9
		アルファベットスープ	じゃがいも マカロニ	豚肉	にんじん たまねぎ キャベツ パセリ	豚肉 小麦 大豆 鶏肉		
		タンドリーチキン		タンドリーチキン		鶏肉 小麦 大豆 乳		
		はなやさいサラダ(サウザンドレッシング)	サウザンドレッシング		ブロッコリー カリフラワー とうもろこし きゅうり			
22	水	ごはん	米				404	13.5
		ちゃんぽんスープ	油 春雨 ごま	鶏肉 なんと	しょうが にんにく にんじん たまねぎ キャベツ もやし とうもろこし ほうれんそう	鶏肉 小麦 大豆 豚肉 ゼラチン ごま		
		やきぎょうざ2こ		ぎょうざ		小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ごま		
		ちゅうかやさいいため	油 砂糖 でん粉	豚肉 生揚げ	しょうが にんじん たまねぎ たけのこ ブロッコリー	豚肉 大豆 小麦		
23	木	じごなうどん	地粉うどん			小麦	386	11.1
		かきたまうどんじる	砂糖 でん粉	鶏肉 なんと 卵	にんじん たまねぎ えのきたけ ほうれんそう ねぎ	鶏肉 小麦 大豆 卵		
		だいがくいも2こ	油 さつまいも 砂糖 水あめ ごま			小麦 大豆 ごま		
		くきわかめのサラダ(しおちゅうかドレッシング)	塩中華ドレッシング	茎わかめ	もやし にんじん きゅうり			
24	金	ごはん	米				448	17.2
		ワンタンスープ	ワンタン	豚肉	にんじん たまねぎ たけのこ キャベツ こまつな しょうが	豚肉 鶏肉 大豆 ごま 小麦		
		とりにくのガーリックきのこソースがけ	油 砂糖 でん粉	鶏肉	にんにく たまねぎ えのきたけ しいたけ	鶏肉 小麦 大豆		
		ごぼうのカレーマヨネーズいため	油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ	ベーコン	ごぼう にんじん とうもろこし えだまめ	豚肉 小麦 大豆		
27	月	ごはん	米				411	15.8
		トックスープ	ごま油 トック	鶏肉	たまねぎ にんじん だいこん こまつな ねぎ	鶏肉 大豆 豚肉 ごま 小麦		
		ホキのあまずあんかけ	油 砂糖 でん粉	ホキでん粉付き		小麦 大豆		
		ブルコギふうやさいいため	油 ごま 砂糖	豚肉	にんにく にんじん たまねぎ たけのこ キャベツ こんにゃく にら	豚肉 ごま 小麦 大豆		
28	火	はちみつパン	はちみつパン			小麦 大豆	400	15.7
		ジュリアンスープ		ベーコン	にんじん だいこん キャベツ ほうれんそう	豚肉 小麦 大豆 鶏肉		
		アンサンブルエッグ		アンサンブルエッグ		乳 卵 豚肉		
		チリコンカン	油 砂糖	豚肉 大豆 ひよこ豆 大豆ミート	しょうが にんにく たまねぎ にんじん トマト	豚肉 大豆 小麦 鶏肉 りんご		
29	水	ごはん	米				493	13.2
		ごもくマーボーどうふ	油 砂糖 でん粉	豚肉 みそ 豆腐	しょうが にんにく しいたけ にんじん たまねぎ たけのこ はくさい にら	豚肉 鶏肉 大豆 小麦 ゼラチン		
		こめこのやさいチヂミ	油	米粉の野菜チヂミ		大豆 鶏肉 ごま		
		フルーツあんんにん	杏仁豆腐		もも みかん パイン	もも 大豆		
30	木	わかめごはん	米	わかめ			447	16.0
		なめこのみそしる		豆腐 油揚げ みそ にぼし粉	たまねぎ なめこ ほうれんそう ねぎ	大豆		
		ハンバーグおろしソースがけ	砂糖 でん粉	ハンバーグ	だいこん しょうが	豚肉 鶏肉 大豆 小麦		
		ポテトサラダ	じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	ハム	にんじん とうもろこし えだまめ	豚肉 大豆		
31	金	こどもパンスライス	子どもパン			小麦 大豆	394	16.3
		パンプキンスープ	油 ベシヤメルルウ	ベーコン 鶏肉 チーズ 牛乳	にんじん たまねぎ かぼちゃ しめじ パセリ	豚肉 鶏肉 小麦 大豆 乳		
		エビカツ	油	エビカツ		えび 小麦		
		ソース				大豆 りんご		
		コールスローサラダ(コールスロードレッシング)	コールスロードレッシング		にんじん とうもろこし きゅうり キャベツ			

※ アレルギー表示は、特定原材料及び特定原材料に準ずるもの28品目を記載しています。						22回	平均栄養量	424	15.4
--	--	--	--	--	--	-----	-------	-----	------



えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳
落花生(ピーナッツ)	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ
キウイフルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉
バナナ	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン

- ※ 材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。
- ※ ○印の献立は、業者から直接学校に配送されるものです。
- ※ 加須市内の給食センター（加須・騎西）では、季節に合わせて共通したメニュー【統一献立】を取り入れています。
- ※ **今年度より、一部のパンについて、乳不使用となりました。献立表の「アレルゲン物質該当原材料名」でご確認ください。**
- ※ **今月の地場産物は【米、ふるさと味噌、浮野みそ、きゅうり、ねぎ、きくらげ】です。**

10月のご飯は
**旧大利根町産
コシヒカリ**
を使用しています。



予定献立表は 加須市のHPでも
ご覧いただけます
レシピも掲載しています
学校給食課のページは
こちら⇒



今月のリクエスト献立

加須南小からのリクエスト

中華麺
牛乳
みそラーメン汁
鶏肉の唐揚げ
もやしのナムル

豊野小からのリクエスト

わかめごはん
みかんジュース
なめこのみそ汁
ハンバーグおろしソース
ポテトサラダ

★ リクエストありがとうございました！ みなさんの好きなものがいっぱいですね。

【今月のおすすめ献立紹介】

4月から開催している大阪・関西万博。残念ながら今月の13日で終了します。みなさん遊びに行かれたか？今月は大阪にちなんだ料理を取り入れました。小学校は2日、中学校は8日の給食で提供いたします。（ごはん・味付けのり・牛乳・白だしの肉豆腐・お好み焼き風ハンバーグ・こんにゃくソテー）お楽しみに！