

10月学校給食予定献立表



令和7年

福岡県立築城特別支援学校

日	曜	献立名			おもな食品とその働き			栄養価 (エネルギー: kcal)	
		主食	牛乳	おかず・デザート	体を作る(赤)	働く力になる(黄)	体の調子をよくなる(緑)	小学部 低学年	中学部 高等部
1	水	麦ごはん 		ホキフライ ツナサラダ 大根のみそ汁	ホキ、ツナ わかめ、みそ 牛乳	米、麦、油、ごま 小麦粉、パン粉 ノンエッグマヨネーズ	キャベツ、人参、玉ねぎ きゅうり、大根、ねぎ	478	655
2	木	ごはん 		八宝菜 豆腐とわかめのスープ ヨーグルト	豚肉、いか、ベーコン かまぼこ、豆腐、牛乳 わかめ、ヨーグルト	米、油、てんぷん 砂糖	生姜、椎茸、たけのこ 玉ねぎ、もやし、人参 チンゲン菜、ねぎ	477	677
3	金	パン ココア クリーム 		カレービーンズ 野菜スープ	豚肉、大豆 ベーコン、牛乳	パン、ココアクリーム 油、小麦粉 じゃがいも	人参、玉ねぎ、枝豆 にんにく、トマト キャベツ、パセリ	473	686
6	月	さつまいも ごはん 		さばのごまみそ煮 切干大根の煮物 かきたま汁、お月見ゼリー	さば、みそ 卵、かまぼこ 牛乳	米、さつまいも 砂糖、アーモンド	ほうれん草、キャベツ 人参、玉ねぎ、ねぎ 梨	491	689
7	火	ごはん 		春雨入りキムチ炒め つくねとポテトのスープ	豚肉、厚揚げ 鶏肉、牛乳	米、春雨、ごま じゃがいも	キムチ漬、もやし、いんげん 人参、エリンギ、キャベツ 玉ねぎ	463	679
8	水	ごはん 		メンチカツ ハムと大豆のサラダ えのきのみそ汁	豚肉、鶏肉、ハム 大豆、油揚げ みそ、牛乳	米、小麦粉、パン粉 ノンエッグマヨネーズ 油	玉ねぎ、ほうれん草、人参 キャベツ、えのき、ねぎ	491	694
9	木	うどん 		五目うどん 玄米入りつくね ココアワッフル	鶏肉、かまぼこ 油揚げ 卵、牛乳	うどん、砂糖 小麦粉	玉ねぎ、人参、干椎茸 ねぎ	551	694
10	金	パン ブルーベリー& マーガリン 		トマトオムレツ キャロットサラダ ラビオリスープ	卵、鶏肉、ツナ ベーコン、豚肉 牛乳	パン、マーガリン ノンエッグマヨネーズ ごま、小麦粉	ブルーベリー、トマト 人参、玉ねぎ、コーン パセリ	494	693
14	火	ごはん 		ミートボールの甘酢炒め レタスと卵のスープ	鶏肉、豚肉、卵 ベーコン、牛乳	米、てんぷん 油	玉ねぎ、干椎茸、たけのこ ピーマン、人参、トマト レタス	459	682
15	水	ごはん 		きびなご青のりフライ(小4まで2尾、他3尾) くわわかめのきんぴら さつまいも汁	きびなご、青のり 天ぷら、くわわかめ 鶏肉、みそ、牛乳	米、小麦粉、パン粉 油、ごま、砂糖 さつまいも	人参、いんげん、干椎茸 大根、玉ねぎ、ねぎ	469	699
16	木	ごはん 		納豆 秋野菜の煮物 とびうお団子のすまし汁	納豆、鶏肉 とび魚、牛乳	米、栗、里芋 砂糖、油	大根、系こんにゃく、しめじ 人参、いんげん、玉ねぎ ねぎ	482	677
17	金	パン きなこ クリーム 		チキンハンバーグ ほうれん草のサラダ キャベツのスープ	きなこ、ツナ ベーコン、鶏肉 牛乳	パン、砂糖、油	ほうれん草、玉ねぎ、人参 キャベツ、パセリ	547	698
20	月	ごはん 		さんまのかぼす煮 野菜のごま炒め えのきのみそ汁	さんま、豚肉 天ぷら、油揚げ みそ、牛乳	米、砂糖、油 ごま、小麦粉	かぼす、レモン、キャベツ 玉ねぎ、人参、いんげん えのき、ねぎ	500	668
21	火	スパゲティー 		トマトクリームスパゲティー フレンチサラダ うまかってん	鶏肉、ベーコン 粉チーズ、ハム 牛乳	スパゲティー、油 小麦粉、バター	玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、きゅうり、人参	473	679
22	水	ごはん 		トンカツ(小4まで1枚、他2枚) ゆかり和え 切干大根のみそ汁	豚肉、油揚げ わかめ、みそ 牛乳	米、小麦粉、パン粉 油	キャベツ、もやし、人参 しそ、切干大根、ねぎ	480	685
23	木	麦ごはん 		厚揚げのみそ炒め コーン入り卵スープ	豚肉、厚揚げ みそ、ベーコン 卵、牛乳	米、麦、砂糖 てんぷん	玉ねぎ、たけのこ、人参 枝豆、干椎茸、生姜、ねぎ にんにく、エリンギ、コーン	448	682
24	金	ごはん 		ポークカレー ブロッコリーのごま酢和え みかんゼリー	豚肉、粉チーズ 牛乳	米、じゃがいも 小麦粉、油 ごま、砂糖	人参、玉ねぎ、にんにく グリーンピース、ブロッコリー みかん	483	694
27	月	ごはん 		いわしのおかか煮 ビーフンソテー かぼちゃのみそ汁	いわし、かつお節 豚肉、油揚げ みそ、牛乳	米、ビーフン 油	生姜、もやし、玉ねぎ 人参、ピーマン、かぼちゃ えのき、ねぎ	508	688
28	火	ごはん 		豚肉の生姜炒め コロコロポテトサラダ えび団子のすまし汁	豚肉、ハム えび、魚すり身 牛乳	米、ごま、砂糖 じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	生姜、人参、きゅうり 玉ねぎ、えのき、ねぎ	471	685
29	水	ごはん 		さけフライ ごま和え けんちん汁	さけ、鶏肉 豆腐、牛乳	米、小麦粉、パン粉 油、ごま	ほうれん草、もやし、人参 干椎茸、大根、玉ねぎ ねぎ	478	680
30	木	ごはん 		チャブチェ もやしのみそ汁	牛肉、油揚げ みそ、牛乳	米、春雨、ごま 砂糖、油	玉ねぎ、人参、ピーマン にら、エリンギ、にんにく 生姜、もやし、ねぎ	464	667
31	金	ごはん 		麻婆豆腐 わかめのスープ	豆腐、豚肉 みそ、ベーコン わかめ、牛乳	米	玉ねぎ、生姜、にんにく 人参、干椎茸、ねぎ ほうれん草	464	689

※ 食材料の入荷等の都合により、献立や食材料の一部を変更することがあります。