## 令和7年度 10月 鬱 縮食予定航过衰

## 長瀞町学校給食センター 長瀞第一小学校

2 本   おおかのパン   マカロニスープ   ペーコン   ちゅうにゅう   にんじん   たまねぎ キャ・ハムカツ   フロッコリー サラダ   なまあげ   まゅうにゅう   にんじん   たまねぎ しろ   まっとう   いわししょうがに   できてはん   マッチー   マカロ・ファッカ   できてはん   マッチー   マッチャ   マッチー   マッチー	t さとう かたくりこうが はるさめ こむぎこソ はちみつパン パンこ マカロニ じゃがいも す こめ むぎ	6群 脂質 あぶら ごまあぶら かあぶら ドレッシング ごま	ロスルギータンパク質 624 25.3 607 21.3 607 26.2
1 x   対象には	炭水化物 こめ むぎ け さとう かたくりこ が はるさめ こむぎこ ソ はちみつパン いっかいも しゃがいも す こめ むぎ さとう	脂質 あぶら ごまあぶら ケ あぶら ドレッシング ごま	624 25.3 607 21.3 607 26.2
1 x	こめ むぎ さとう かたくりこか はるさめ こむぎこ いっぱい はちみつパン パンこ マカロニ じゃがいも こめ むぎょう さとう	あぶら ごまあぶら ドレッシング ごま	25.3 607 21.3 607 26.2
1 水	は さとう かたくりこ はるさめ こむぎこ 以 はちみつパン パンこ マカロニ じゃがいも こめ むぎ さとう	ごまあぶら あぶら ドレッシング ごま あぶら	25.3 607 21.3 607 26.2
はおおかりパン	### はるさめ こむぎこと はちみつパン パンこ マカロニ じゃがいも こめ むぎ さとう こめ むぎ さといも パンこ	/ あぶら ドレッシング ごま あぶら	607 21.3 607 26.2
2 木 はあみつパン	y はちみつパン パンこ マカロニ じゃがいも こめ むぎ っさとう ぎ こめ むぎ さといも パンこ	/ あぶら ドレッシング ごま あぶら	21.3 607 26.2
2 木 のきごはん からさにけのみそしる いわししょうがに ごまみえ なっと いわし いしょうがに ごまみえ なっと いわし いしょうがに ごまみえ なっと いわし いっか いんばん えのき はち しいりし いっか いんばん しまが ちゃっ いんしん たまねぎ しろ さら かきごはん からうあえ おっきみだいらく いっしん から いんばん しょうが ちゃっ かっと からこう にんじん たまねぎ しろ からうまさ はん から でいこん しっか しっか カンガー しゃち カンガー しゃち カンリススープ ペーコン リススープ メリーールスローサラダ トライナー でいこん しっか から でいこん しっか から でいこん しっか カンガー しゅち カンリススープ ペーコン リススープ メリー・カンリススープ ペーコン リストー・カンリッター・ロールスローサラダ トライナー・ファット でいこん しゃり からうあえ すると カかめ しんりし だいこん たまねぎ しんしん カンガー しゃち カッカ キャーツーン からうか マーニールスローサラダ トライナー こまつなあえ カルー・ファー・カンドー・ファー・カンドー・カンドー・カンドー・カンドー・カンドー・カンドー・カンドー・カンド	0 パンこ マカロニ じゃがいも こめ むぎ さとう ぎ こめ むぎ さといも パンこ	ドレッシング ごま あぶら	21.3 607 26.2
3 金   おきごはん   おきごはら   おきごはん   おきごはん   おきごはん   おきごはん   おきごはん   おきごはん   おきごはん   おきごはら   おきごはん   おきごはん   おきごはん   おきごはん   おきごはん   おきごはん   おきごはん   おきごはら   ままおき   はいはっかいんけん   まおまき   はいはっかいんけん   まおまき   はいはっかいんけん   まおまき   はいはっかいんけん   まおまき   はいはっかいんけん   まおまき   はいはっかいんけん   まおまき   はいはっかいんけん   まおまままき   はいまっかいんけん   まおまままき   はいまっかいんけん   まおまままき   はいまっからいんけん   まおまままき   はいまっかいんけん   まおまままき   はいまっかいんけん   まおまままき   はいまっからいんけん   まおまままき   はいまっかいんけん   まおまままき   はいまっかいんけん   まおまままき   はいまっからいけんけん   まおまままき   はいまっかいんけん   まおまままき   はいまっかいんけん   まおまままき   はいまっかいんけん   まおまままき   はいまっかいんけん   まおまままき   はいまっかいんけん   まおまままき   はいまっからいけんけん   まおまままき   はいまっかいんけん   まおまままき   はいまっかいんけん   まおまままき   はいまっかいんけん   まおままままき   はいまっかいんけん   まおままままき   はいまっかいんけん   まおまままき   はいまっかいんけん   まおままままき   はいまっかいんけん   まおまままままままままままままままままままままままままままままままままま	じゃがいも	ごま	607 26.2
3 金   2のきだけのみそしる	ナ こめ むぎ ハ さとう ぎ こめ むぎ さといも パンこ	あぶら	26,2
3 金   いかしのしょうがに	/ さとう ぎ こめ むぎ さといも パンこ	あぶら	26,2
3 金	ぎ こめ むぎ		
さまえ なっとう   いわし   おもしし   おもしし   おきごはん   おきごなん   はきごなん   まおぎきい   おきごなん   まおぎきい   おきごなん   まおぎきい   おきごなん   まおぎきい   おきごなん   まおぎきい   おきごなん   まおぎさん   まおぎさん   まおきごなん   おきごなん   まおきごなん   まおきごな	ぎ こめ むぎ		
おきごはん	さといも パンこ		+
13 月	さといも パンこ		661
1	1	1	20.2
おきごはん	00 200/201010	1	20.2
1	# 1-14 +1+	_	
おいった   まいった   まいった		あぶら	663
8   水		ごま	25.8
8   水	こむぎこ		
コールスローサラダ   ハム   コーツ   ボミねぎ   ロット   ロッ	く バターロールパン	ノンエッグマヨネーズ	660
コールスローサラダ   八仏   コーツ   である   である	ツ じゃがいも		25.7
お	さとう		
9 木	こめ むぎ	あぶら	597
10 金	さとう	ריונותטן	25.9
10 金   カレーうどん   スペーコンボテト   広にく なると   カかめ   にんじん   元まねぎ しろ   カルー   フルーペリーゼリー   スポーツのひ   にんじん   八十   元まねぎ コーン オチャン   できゅうの   であったのう   にんじん   パヤリ   たまねぎ コーシ   できゅうの   であったのう   であったの   であったのう   であったのう	رای		25.9
10 金	<u> </u>	1	
13 月		1	665
13 月	ソ さとう じゃがいも		22.3
14 火	ブルーベリーゼリー	ごまあぶら	
14   人			
14   以			
は	ノ こめ むぎ かたくりこ	あぶら	657
ほうれんそうのサラダ   とりにく   あかピーマン   さけのつみれじる   さけのつみれじる   さけのつみれじる   スタミナどんぶりのぐ   チーズ   かおぶし   たまねぎ もだ   たまねぎ もだ   たまねぎ もだ   たまねぎ もだ   たまねぎ もだ   たまねず   たまねぎ もだ   たまねず   たまねず	じゃがいも	バター	27.1
さけのつみれじる   スタミナどんぶりのぐ   チーズ   あおピーマン   にんにく しょうだまねぎ もだ   チャーズ   大き   カンボ   でして   カンボ   カンボ   でして   カンボ   カンボ   カンボ   カンボ   カンボ   カンボ	こむぎこ さとう	_	
15 水		ごまあぶら	636
16 本		ごま	29.7
16 本		[Cd	29.1
16 本		. +	
17 金   できてはん   できてはん   できているのみそしる   できてはん   できなき   でもないときにはいる   できなき   できなき   でもないときにはいる   できなき   でもないとものはん   できなき   でもないとものはん   できなき   でもないとものはん   できなき   でもないとものはん   できなき   でもないとものはん   できなき   でもないとものはん   できなき   でもないともでは、   でもないともでは、   できなき   でもないとん   でもないとん   できなき   でもないとん   できなき   でもないとん   できなき   でもないとん   できなき   でもないとん   できなき   でもないとん   できなき   でもないとん   でもないる   でもないとん	1		629
おきごはん   こまつなのみそしる   アジフライ パックソース   たまねぎ   でもでしまった   では   では   では   では   では   では   では   で	ノ パンこ こむぎこ	ドレッシング	24.4
17 金			
だいずのいそに さつまあげ さつまあげ さつまあげ さつまあば だいずのいそに さつまあげ さつまのけんり にんじん たまねぎ はくで ヤンニョムチキン ハム ぶたにく むぎごはん にくどうふ ねぎたまやき しょうがじょうゆあえ たまご しょうが にんじん ほうれんそう キャベツ もで しょうがじょうがしょうがあえ たまご あおねぎ しょうが たまねぎ きゅう こまつないりしょくバン オニオンスープ ボーコン ぎゅうにゅう にんじん たまねぎ きゅう こまつな コーン さつまいものサラダ ほき でがいもとたまねぎのみそしる てりやきハンバーグ みそ のり ほうれんそう キャベツ もで いそかあえ わなしゼリー とりにく しおラーメン あげぎょうざ (2) ぶたにく わかめ にんじん キャベツ もで いそかあえ わなしゼリー とりにく	こめ むぎ	あぶら	613
だいずのいそに   さつまあげ   にんじん   たまねぎ はくで   たまではん   できごはん   できがいもとたまねぎのみそしる   でもがいもとたまねぎのみそしる   でもにく   でもじん   でもにく   でもにくく   でもにく   でもにく	さとう パンこ		24.4
おぎごはん			
20 月       ではいりしょくパン       ヤンニョムチキン こまつなのナムル ぶたにく ぎゅうにゅう にんじん たまねぎ しろれんそう おおねぎ しょうが しょうがじょうゆあえ たまご あおねぎ しょうが こまつな しょうがいまっかあえ たまご あおねぎ しょうが しょうが こまつな カボーコン きゅうにゅう にんじん こまつな コーン でうまいものサラダ にんじん こまつな コーン かぎごはん じゃがいもとたまねぎのみそしる こまつな コーン いそかあえ わなしゼリー とりにく しおラーメン あげぎょうざ (2) ぶたにく わかめ にんじん キャベツ もちまんぎ カスト しなりにく あたにく わかめ にんじん キャベツ もちまんぎ カスト しなりにく いろかめ にんじん キャベツ もちまんぎ カスト しなりにく ちかめ にんじん キャベツ もちまんぎ カスト しなりにく カかめ にんじん キャベツ もちまんぎ カスト しなりにく ちから にんじん ちゃベツ もちまんぎ カスト しなりにく しんじん ちゃベツ もちまんぎ カスト しなりにく ちゅうにゅう にんじん キャベツ もちまんぎ カスト しなりにく カかめ にんじん キャベツ もちまんぎ カスト しなりにく カかめ にんじん キャベツ もちまんぎ カスト しなりにく カかめ にんじん ちゃベツ もちまんぎ カスト しなりにく カかめ にんじん ちゃベツ もちまんぎ カスト しなりにく カかめ にんじん ちゃべり もちまんぎ カスト しなりにく カかめ にんじん ちゃく ちゃく カかめ にんじん ちゃく ちゃく ちゃく カカ カスト しなりにく カカ カスト しなりにく ちゃく カカ カスト しょうが にんじん ちゃく カカ カスト しなりにく ちゃく カカ カスト カスト しょうが にんじん ちゃく カスト しょうが にんじん ちゃく カスト しなりにく ちゃく カスト しょうが にんじん ちゃく カスト しなりにく カカ カスト しなりにく カカ カスト しなりにく カスト しなりにく カスト しなりにく カカスト しなりにく カスト しなりにく カスト しなりにく カカスト しなりにく カスト しなりにん し	ハ こめ むぎ	あぶら	694
こまつなのナムル   ぶたにく   きゅうにゅう   にんじん   たまねぎ しろね   しょうがじょうゆあえ   たまご   たまねぎ しょうが   でったいりしょくパン   オニオンスープ   ボキフライ   さつまいものサラダ   でっかいもとたまねぎのみそしる   でっかいもとたまねぎのみそしる   でっかいもとたまねぎのみそしる   でっかいもとたまねぎのみそしる   でっかいもとたまねぎのみそしる   でっかいもとたまねぎのみそしる   でっかいもとたまねぎのみそしる   でっかいもとがしてりやきハンバーグ   いそかあえ わなしゼリー とりにく   しおラーメン   あげぎょうざ(2)   ぶたにく   わかめ   にんじん   キャベツ もだしまっかい   まゃベツ もだい   まゃベツ もだい   まゃベツ もだい   まっかい   まゃベツ もだい   まっかい   まっかい   まっかい   まっかい   まっかい   まゃベツ もだい   まっかい   まっかい   まゃベツ もだい   まっかい   まねぎ   まっかい   まっかい   まっかい   まっかい   まねぎ   まっかい	10.5		26.6
ひぎごはん			20.0
21 火       (日うれんそう しょうがじょうゆあえ たまご あおねぎ しょうが しょうが じょうがじょうゆあえ たまご あおねぎ しょうが しょうが たまねぎ きゅう にんじん こまつな コーン さつまいものサラダ はぎごはん さつまいものサラダ とうふ みそ のり ほうれんそう キャベツ もでいる こまつな コーン はずうにゅう にんじん たまねぎ キャベツ しおラーメン あげぎょうざ (2) ぶたにく わかめ にんじん キャベツ もでいる けんじん けんしん はったいろ キャベツ もでいる しおラーメン あげぎょうざ (2) ぶたにく わかめ にんじん キャベツ もでいる けんじん カかめ にんじん カャベツ もでいる したいろ したいろ ちゃべい もでいる したいろ ちゃべり もでいる したいろ したいろ ちゃべり もでいる したいろ したいろ ちゃべり もでいる しんじん ちゃべり もでいる したいろ しんじん ちゃべり もでいる したいろ しょうが しょうが しょうが しょうが しょうが しょうが しょうが しょうが		ごま	
しょうがじょうゆあえ たまご あおねぎ しょうが   こめこいりしょくパン   オニオンスープ		あぶら	608
22 水 こめこいりしょくパン オニオンスープ ベーコン きゅうにゅう にんじん こまつな コーン むぎごはん じゃがいもとたまねぎのみそしる とうふ おゅうにゅう にんじん たまねぎ フーン じゃがいもとたまねぎのみそしる みそ のり ほうれんそう キャベツ しおラーメン あげぎょうざ (2) ぶたにく わかめ にんじん キャベツ もち	/  さとう		26.8
22 水			
22   水	) こめこいりしょくパン	あぶら	668
さつまいものサラダ   さつまいものサラダ   さつまいものサラダ   さったいゅう にんじん たまねぎ   たっかきハンバーグ   みそ のり ほうれんそう   キャベツ   しおラーメン   あげぎょうざ(2)   ぶたにく わかめ にんじん   キャベツ もだ	さつまいも	ノンエッグマヨネーズ	22.6
むぎごはん   じゃがいもとたまねぎのみそしる   とうふ   ぎゅうにゅう   にんじん   たまねぎ   てりやきハンバーグ   みそ   のり   ほうれんそう   キャベツ   しおラーメン   あげぎょうざ(2)   ぶたにく   わかめ   にんじん   キャベツ   もで	さとう パンこ		
23 木   「	米麦さとう	_	626
いそかあえ わなしゼリー とりにく   しおラーメン   あげぎょうざ (2) ぶたにく わかめ にんじん キャベツ もだ	じゃがいも		22.2
しおラーメン あげぎょうざ(2) ぶたにく わかめ にんじん キャベツ もだ	かたくりこ わなしゼリー		
		セット	+
15 4 4 5 1		1	609
24  金		ごまあぶら	23.3
きゅうり にん!	<		
07.日			
27月 うんどうかい ふりかえきゅうじつ			
むぎごはん プラ こうやどうふのうまに こうやどうふ ぎゅうにゅう にんじん たまねぎ	こめ むぎ	あぶら	590
		ごまあぶら	24
	- ,		24
	さとう かたくりこ		
むぎごはん   しらたまじる   かまぼこ   きゅうにゅう   にんじん   たまねぎ	こめ むぎ さとう		628
29   水               やきとり   とりにく   ほうれんそう   しろねぎ キャ/			26.3
さっぱりあえ みつば レモン	かたくりこ		
むぎごはん はくさいとなまあげのみそしる なまあげ きゅうにゅう こまつな はくさい	こめ むぎ さとう	あぶら	610
30  木	じゃがいも くり		25.2
プロッコリーのごまマヨあえ あじつけのり かまぼこ にんじん	さつまいも	ごま	
	ツ マーブルしょくパン		613
		I	
31  金	こむぎこ	バター	21.1
	さとう		1
※材料入荷の都合により、多少献立を変更する場合がありますの		月平均	632 24.6
	夏回数・・・21回		