

令和7年



10月の予定献立表

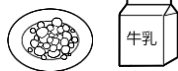
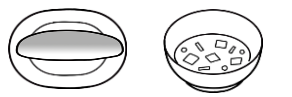
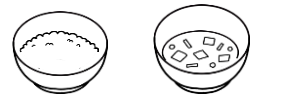
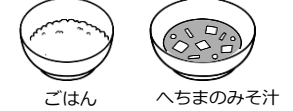
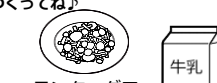
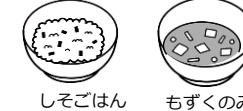
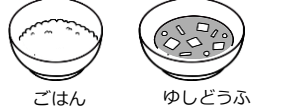
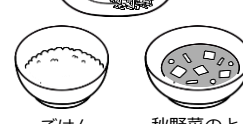
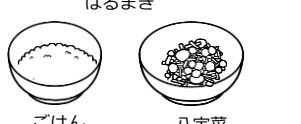
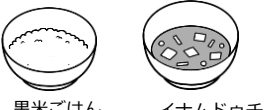
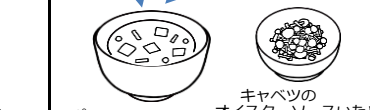
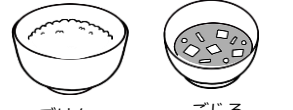
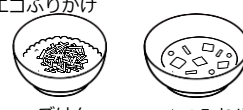
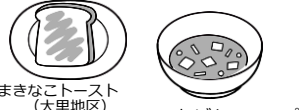
南城市学校給食センター

TEL: 948-7145



材料、その他の都合により献立を変更することがあります。

食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をどとのえる

こ ん だ て	 「おはなし給食」 今月は、本に出てくる料理を給食で再現した「おはなし給食」を実施します。給食を食べて本も探してみよう♪ 10/1「じゃがいもポテトくん」より★ポテトサラダ 10/2「すきやき」より ★すきやき 10/6「だんごっこいしょ」「だんご屋政談」より ★みたらし団子 10/7「おしりたんてい」「ルルとララのスイートポテト」より ★手づくりスイートポテト 10/9「のはらキッチンへぜひどうぞ」より ★ガーリックチキン 10/10「めんたべよう!」より ★ミートソースパゲティ 10/10「14ひきのかぼちゃ」より ★かぼちゃクロック 10/21「ちくわのわーさん」「雪窓」より ★おでん 10/22「まるごとちゅうカレー」より ★まるごとちゅうカレー 10/28「崖の上のポニョ」より ★ポニョのラーメン 10/30「ススめおにぎりコロコロ」より ★つみれ汁 10/31「かぼちゃスープ」より ★かぼちゃスープ	1(水) おはなし給食  ★ポテトサラダ  こくとうパン ミートボールスープ	2(木) おはなし給食  いわしのうめ煮  ごはん ★すきやき	3(金)  ぶたキムチ  ごはん サムゲタン風スープ		
	あか き みどり	ぎゅうにゅう ミートボール デリカハム 黒糖パン だいたず油 ノンエッグマヨネーズ じゃがいも たまねぎ にんじん キャベツ セロリ ブロッコリー にんにく きゅうり	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく いわしの梅煮 こめ さとう だいたず油 こんにゃく にんじん たまねぎ ながねぎ こまつな はくさい	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく とうふ こめ だいたず油 さとう げんまい ごま油 でんぶん ごま はくさいキムチ はくさい もやし にんじん にら ながねぎ にんにく きくらげ えのきたけ しょうが		
	こ ん だ て	6(月) 十五夜・おはなし給食 ※よくかんで たべましょう  ★みたらしだんご  ごはん 五目みそ汁	7(火) おはなし給食  ★てづくりスイートポテト  チキンライス キャベツのクリーム煮	8(水)  シュウマイ  ごはん マーボーとうがん	9(木) おはなし給食  鉄カルサラダ  ごはん コンソメスープ	10(金) 目の愛護デー・おはなし給食  ブルーベリーゼリー  ★かぼちゃ ★ミートソースパゲティ クロック
	あか き みどり	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ みそ ちくわ 脱脂粉乳 糸けずり あおのり こめ ノンエッグマヨネーズ 生クリーム さとう 白玉餅だんご でんぶん だいこん にんじん こんにゃく こまつな	ぎゅうにゅう とりにく 無塩せきベーコン とうにゅう 脱脂粉乳 こめ だいたず油 マカロニ じゃがいも こむぎこ マーガリン 乳不使用マーガリン ごま はちみつ やきいも さとう たまねぎ にんじん キャベツ あおめ にんにく	ぎゅうにゅう ぶたにく だいたず とうふ みそ シュウマイ ぶたレバー こめ だいたず油 ごま油 でんぶん さとう こめ だいたず油 ごま油 でんぶん ごま ごまドレッシング にんじん たまねぎ はくさい パセリ にんにく コーン ブロッコリー	ぎゅうにゅう ぶたにく だいたず ぶたレバー ちりめん だいたず ひじき こめ さとう だいたず油 でんぶん ごま ごまドレッシング たまねぎ にんじん ピーマントマトにんにく	
こ ん だ て	今月の欠食予定 3日(金)百名小6年・船越小5年 6日(月)大里北小 8日(水)佐敷小6年・馬天小5年 9日(木)佐敷小6年・馬天小5年 10日(金)馬天小5年 15日(水)玉城小1・2年 16日(木)佐敷小5年・船越小1年 大里北小1年 17日(金)馬天小1～5年・佐敷小5年 23日(木)玉城小5年 24日(金)玉城小5年 27日(月)百名小 29日(水)知念中3年 30日(木)知念中3年 31日(金)知念中3年	14(火) チーズを入れるチーズタッカルビになるよ  チーズ タッカルビ  ごはん 韓国風わかめスープ	15(水) てづくりコーンフ레이크バー  ひじきいため  ごはん へちまのみそ汁	16(木) 世界食糧デー・琉球料理の日 おにぎりをつくってね♪  やきのり ムンクグワ  しそごはん もずくのみそ汁	17(金) おきなわ食材の日  県産豚レバーのからあげ  切干大根サラダ ごはん ゆしどうふ	
	あか き みどり	ぎゅうにゅう とりにく わかめ とうふ チーズ なると こめ だいたず油 ごま油 じゃがいも でんぶん さとう だいこん えのき ながねぎ にんにく たまねぎ キャベツ にんじん しょうが	ぎゅうにゅう ぶたにく 油揚げ ツナ ひじき だいたず みそ こめ だいたず油 コーンフ레이크 オートミール マシュマロ 乳不使用マーガリン さとう へちま とうがん にんじん こまつな こんにゃく キャベツ にら レーズン	ぎゅうにゅう のり もずく とうふ 油揚げ ぶたにく チキアギ みそ こめ だいたず油 えのき にんじん ながねぎ だいこん グリーンピース いいたけ ゆかり	ぎゅうにゅう ゆしどうふ ぶたレバー ツナ こめ だいたず油 さとう でんぶん こめこ ごま ごま油 ねぎ しょうが にんにく 切干大根 にんじん もやし きゅうり	
	こ ん だ て	20(月)  マスケットゼリー  きのごおこわ キャベツ入り平つくね	21(火) おはなし給食  おかかあえ  ごはん ★おでん	22(水) おはなし給食  ★うちゅうフルーツポンチ  ★お月さま目玉焼き ★まるごとちゅうカレー	23(木)  さばのてりやき  しそあえ ごはん 秋野菜のとんじる	24(金)  はるまき  ごはん 八宝菜
	あか き みどり	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ キャベツ入り平つくね こめ もちこめ だいたず油 さとう マスケットゼリー でんぶん いいたけ しめじ にんじん ごぼう あおめ	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ がんも かつおぶし こんぶ こめ さとう だいこん にんじん こんにゃく もやし きゅうり	ぎゅうにゅう とりにく ぶたレバー 目玉焼き風オムレツ こめ じゃがいも だいたず油 乳不使用マーガリン こむぎこ オレンジゼリー カットゼリー たまねぎ にんじん かぼちゃ ブロッコリー フルールカクテル みかん バイン にんにく	ぎゅうにゅう ぶたにく さば とうふ みそ こめ さとう さつまいも ドレッシング れんこん にんじん こんにゃく こまつな だいこん きゅうり ゆかり たまねぎ にんじん きくらげ はくさい ヤングコーン こまつな たけのこ しょうが にんにく	
こ ん だ て	27(月) カジマヤー  カープチー クービーリチー  黒米ごはん イナムドウチ	28(火) おはなし給食  ★ハム  ★ポニョのラーメン オイスターソースいため	29(水)  おやごどん  ごはん ごじる	30(木) 食品ロス削減の日 おはなし給食  きんぴられんこん  エコふりかけ ごはん ★つみれじる	31(金) 世界のウチナーンチュの日 おはなし給食  チョコジャム (その他の地区) ハワイアン ロミロミサラダ  ごまきなごトースト (大里地区) 食パン (その他の地区) ★かぼちゃスープ	
	あか き みどり	ぎゅうにゅう ぶたにく 油揚げ みそ こんぶ かまぼこ こめ だいたず油 さとう くらまい こんにゃく いいたけ 切干大根 にんじん カープチー	ぎゅうにゅう ぶたにく だいたず ロースハム なると わかめ ラーメン ごま油 でんぶん だいたず油 さとう もやし にんじん ながねぎ にんにく きくらげ ブロッコリー たまねぎ キャベツ しょうが	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく かまぼこ 青大豆ペースト みそ たまご とうふ こめ だいたず油 さとう とうがん にんじん こんにゃく ねぎ にんにく たまねぎ キャベツ グリンピース	ぎゅうにゅう つみれ とうふ わかめ 塩こんぶ ちりめん かつおぶし ぶたにく かまぼこ こめ だいたず油 さとう ごま ごま油 だいこん えのき れんこん にんじん こんにゃく ピーマン にんじん たまねぎ かぼちゃ あおめ レモン果汁 パパイヤ きゅうり 赤ピーマン コーン バイン	