

令和8年10月分学校給食献立予定表(前半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー	たんぱく質
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつやちからになるもの	ビタミン からだのちようしぎとどのえるもの	調味料ほか	kcal	g
6	火	★九州味めぐり給食(佐賀県)					592	22. 7
		★シシリアンライス (1食マヨネーズ)	牛肉 赤みそ 昆布	サラダ油 米	にんじん りんご にんにく しょうが キャベツ だいこん コーン	ケチャップ みりん 酒 ウスターソース こいくちしょうゆ 一味とうがらし マヨネーズ		
		牛乳	牛乳					
		わかめスープ	豆腐 うずら卵 わかめ	ごま	たまねぎ えのきたけ にんじん コーン	うすくちしょうゆ 酒 食塩 かつお節(だし)		
		レモンゼリー	寒天	異性化液糖 砂糖 水あめ ぶどう糖	レモン果汁	増粘多糖類 香料		
7	水	★九州味めぐり給食(福岡県)					552	27. 3
		ごはん		米				
		牛乳	牛乳					
		★博多水炊き	鶏肉 焼き豆腐 つくね(鶏肉・えんどう豆たん白・海藻ミネラル)	つくね(タピオカでん粉 ・じゃがいもでん粉・砂糖)	キャベツ 深ねぎ えのきたけ しいたけ ゆず つくね(たまねぎ)	つくね(発酵調味料・食塩・香辛料) 食塩 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ だし昆布(だし)		
	五目きんぴら	さつま揚げ 油揚げ	砂糖 ごま ごま油	たまねぎ ごぼう たけのこ 糸こんにゃく にんじん いんげん	こいくちしょうゆ みりん 酒 一味とうがらし			
8	木	米粉入りパン		パン			537	23. 9
		りんごジャム			りんごジャム			
		牛乳	牛乳					
		五穀豆のスープ	ベーコン えんどう豆 ひよこ豆 レンズ豆 大豆 小豆	さつまいも 押麦 もち麦 玄米 赤米 たかきび 還元でん粉	たまねぎ キャベツ にんじん トマト パセリ	うすくちしょうゆ コンソメ 食塩 白こしょう		
	鶏肉のマヨネーズ炒め	鶏肉		たまねぎ ビーマン(緑・赤) 黄パプリカ	ノンエッグマヨネーズ うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう			
9	金	わかめごはん	わかめ	米 砂糖		食塩 鰹節調味料	520	18. 8
		牛乳	牛乳					
		豆乳鍋	つくね(鶏肉) がんとどき 豆乳	つくね(豚脂・コーンスターチ・パン粉 ・砂糖・ごま油・大豆油) すりごま	つくね(たまねぎ・にら・にんにく) はくさい にんじん しめじ 深ねぎ こまつな みずな くだもの	つくね(しょうゆ・食塩・オイスターソース ・白こしょう) うすくちしょうゆ みりん 食塩 かつお節(だし)		
		くだもの ごはん		米				
13	火	牛乳	牛乳				567	21. 9
		鶏肉とさつまいもの煮物	鶏肉 厚揚げ うずら卵 さつま揚げ	さつまいも 砂糖 サラダ油	にんじん ごぼう 黒こんにゃく たけのこ きぬさや しょうが	こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 酒 みりん かつお節(だし)		
		ひじきソテー	油揚げ ひじき	砂糖 ごま ごま油	にんじん	こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ		
14	水	ミニクロワッサン		クロワッサン			563	22. 0
		牛乳	牛乳					
		焼きうどん	豚肉 さつま揚げ かつお節	うどん サラダ油	たまねぎ キャベツ もやし にんじん 葉ねぎ しいたけ にんにく	とんかつソース ウスターソース 食塩 白こしょう		
	大豆もやしサラダ		砂糖 ごま油	大豆もやし キャベツ きゅうり コーン	酢 うすくちしょうゆ ねりからし ラー油			
15	木	ミルクパン		パン			592	25. 3
		牛乳	牛乳					
		チャオホアツアイ	豚肉 鶏卵	甘藷春雨 ごま油	たまねぎ もやし たけのこ にんじん チンゲンサイ しいたけ にんにく しょうが	こいくちしょうゆ 酒 食塩 白こしょう		
	きのこポテトのホットサラダ	ウインナー	じゃがいも オリーブ油	しめじ コーン パセリ たまねぎ レモン果汁 にんにく	白ワイン 粒マスタード コンソメ 食塩 白こしょう			
16	金	ビーフカレー (麦ごはん)	牛肉 ヨーグルト 粉チーズ 脱脂粉乳	じゃがいも サラダ油 米 麦	たまねぎ にんじん グリンピース りんご にんにく	カレールー トマトケチャップ ウスターソース 赤ワイン カレー粉	681	24. 9
		牛乳	牛乳					
		りんごドレッシングサラダ		オリーブ油	キャベツ りんご きゅうり コーン	酢 食塩 白こしょう		
	ヨーグルト	ヨーグルト						
19	月	バターパン		パン			546	21. 0
		牛乳	牛乳					
		白菜と肉団子のスープ	肉団子(鶏肉) ベーコン	肉団子(パン粉・でん粉・砂糖) 緑豆春雨 ごま油	肉団子(たまねぎ・にんじん) はくさい ほうれんそう にんじん たけのこ しいたけ	肉団子(香辛料・食塩) うすくちしょうゆ 中華だし 酒 食塩 白こしょう		
		さつまいもとりんごの甘煮		さつまいも 砂糖 無塩バター	りんご りんごジュース	食塩		

※ 必ず、親子で食材について確認しましょう。特に、食物アレルギーのあるお子さんについては、毎日確認してください。

令和8年10月分学校給食献立予定表(後半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー	たんぱく質
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつやちからになるもの	ビタミン からだのちょうしをととのえるもの	調味料ほか	kcal	g
20	火	ソースかつどん (ごはん・ソースかつ・ポイルキャベツ)	とんかつ(豚肉)	とんかつ(パン粉・小麦粉) 砂糖 米 なたね油	キャベツ	ウスターソース みりん こいくちしょうゆ	662	24. 0
		牛乳	牛乳					
		秋の味覚汁	豆腐 だいす みそ(合わせ・赤)	さつまいも さといも	にんじん しめじ 葉ねぎ	かつお節(だし)		
		乳酸菌飲料	乳酸菌飲料					
21	水	★九州味めぐり給食(大分県)					581	20. 7
		★吉野の鶏めし (さくらごはん)	鶏肉	砂糖 サラダ油 米	ごぼう にんじん いんげん にんにく	こいくちしょうゆ みりん 酒		
		牛乳	牛乳					
		★だんご汁(やせうま)	合わせみそ	うどん さといも	だいこん にんじん ごぼう 葉ねぎ	かつお節(だし)		
		ブルーベリータルト	豆乳 大豆粉	砂糖 米粉 ショートニング 砂糖・ぶどう糖果糖液糖 植物油 コーンフラワー 水あめ 加工でん粉	ブルーベリー果汁 こんにやく加工品	増粘多糖類 香料		
22	木	テーブルロールパン		パン			524	24. 0
		牛乳	牛乳					
		きのこのクリームスパゲッティ	牛乳 鶏肉 生クリーム	スパゲッティ オリーブ油	たまねぎ にんじん ブロッコリー えのきたけ しめじ マッシュルーム にんにく	白ワイン コンソメ 食塩 白こしょう		
		ハムとほうれん草のソテー	ロースハム	サラダ油	ほうれんそう たまねぎ にんじん コーン	うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう		
23	金	ごはん		米			571	25. 1
		牛乳	牛乳					
		みそおでん	鶏肉 うずら卵 竹輪 がんもどき 昆布 みそ(合わせ・赤)	さといも 砂糖	だいこん にんじん 黒こんにやく いんげん	みりん こいくちしょうゆ かつお節(だし)		
		手作りふりかけ	しらす干し わかめ 青のり粉	ごま ごま油		酒		
		くだもの			くだもの			
27	火	手作り抹茶ケーキ	牛乳 鶏卵 小豆甘納豆	小麦粉 砂糖 サラダ油		抹茶 ベーキングパウダー 重曹	525	21. 0
		牛乳	牛乳					
		コーンラーメン	豚肉 焼豚	中華めん ごま サラダ油	キャベツ コーン もやし にんじん 葉ねぎ にんにく しょうが	うすくちしょうゆ パイタン 食塩 白こしょう		
		野菜入りゼリー		砂糖 果糖	にんじん みかん	増粘多糖類 香料		
28	水	ごはん		米			574	27. 6
		牛乳	牛乳					
		さといものごまみそ煮	鶏肉 厚揚げ 米みそ うずら卵	さといも すりごま 砂糖	にんじん ごぼう 黒こんにやく さやいんげん ごぼう	酒 みりん こいくちしょうゆ かつお節(だし)		
		磯ミックス	田作り煮干し 塩こんぶ かつお節	ごま 砂糖		酢		
29	木	セルフクロックパン (バーガーパン ・かぼちゃクロック・ポイルキャベツ)	かぼちゃクロック(豚肉)	かぼちゃクロック(砂糖・豚脂・パン粉 ・でん粉・小麦粉・植物油脂・加工でん粉)	かぼちゃクロック(かぼちゃ・たまねぎ)	かぼちゃクロック(しょうゆ・発酵調味料 ・ウスターソース・香辛料)	585	21. 9
		牛乳	牛乳	パン なたね油	キャベツ			
		ミネストローネ	ベーコン えんどう豆 ひよこ豆 赤いんげん豆 エジプト豆	じゃがいも スパゲッティ	キャベツ ブロッコリー トマト にんじん	コンソメ うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう		
30	金	きのこドリア (サフランライス・パン粉炒め)	牛乳 鶏肉 脱脂粉乳 生クリーム パン粉炒め(粉チーズ)	サラダ油 米 パン粉炒め(パン粉・無塩バター)	たまねぎ にんじん コーン エリンギ まいたけ マッシュルーム しめじ パセリ にんにく	ホワイトルウ 食塩 白こしょう サフランライスの素	645	27. 0
		牛乳	牛乳					
		卵スープ	鶏卵 豆腐 鶏肉	でん粉	たまねぎ こまつな にんじん えのきたけ	うすくちしょうゆ コンソメ 酒		
		かぼちゃプリン	豆乳加工食品	グラニュー糖 砂糖 ぶどう糖 でん粉	かぼちゃ	増粘多糖類 香料		
お知らせ		＜今月の行事＞ 6日(火) 後期始業式(給食あり) 12日(月) スポーツの日 15日(木)・16日(金) 5年生自然教室、6年生単複交流 24日(土) 運動会(給食なし) 26日(月) 運動会振替休日 28日(水)～30日(金) 6年生修学旅行、5年生単複交流 30日(金) 5年生天降川見学のため給食なし(お弁当を持てきましよう) 		＜はしをもってくる日＞ ★の日は、「はし」をもってくる日です。 きれいにあらったはしを、わずれないようにもってきましよう。 7日 9日 13日 14日 20日 21日 23日 27日 28日		令和 8 年 10 月分平均栄養量		
						エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	
						577	23. 5	
								