

2026年 10月 学校給食予定献立表

可児市学校給食センター

＊●印の食品は月の使用食品成分表で配合・アレルギーをご確認ください。加工食品の詳しい成分等の情報が必要な方は、給食センターまでお問合せください。

1(木)		2(金)		5(月)		6(火)		7(水)		8(木)		9(金)		13(火)		14(水)		15(木)		16(金)	
						西可児中リクエスト献立				菌の日献立				旭小リクエスト献立							
牛乳 サケごはん 豚肉のみそがらめ かおりあえ りんごゼリー		牛乳 麦ごはん 中華スープ メルルーサの甘酢あんかけ 切干大根の豚キムチ		牛乳 食パン チョコクリーム コンソメスープ タンダーリーチキン ひじきとごぼうのサラダ ごまドレッシング		牛乳 麦ごはん ゆばのすまし汁 さつまいもの天ぷら 友禅ご飯の具 ぶどうゼリー		牛乳 麦ごはん きのこ汁 ホキの揚げがらめ 肉じゃが		牛乳 ラーメン みそラーメンの汁 豚肉と蓮根のコリアン揚げ 中華サラダ 中華ドレッシング 焼プリンタルト		牛乳 麦ごはん 鶏ごぼう汁 サバの照り焼き にんじんのごまあえ 卓上しょうゆ		牛乳 麦ごはん ニラたまスープ かつおとポテトのチリソース かぼちゃコロッケ キャベツサラダ 和風ドレッシング みかん		牛乳 麦ごはん 五目ごはん 豚肉の生姜焼き 小松菜のおかかあえ 卓上しょうゆ ヨーグルト		牛乳 麦ごはん けんちゃん汁 揚げケのちゃんちゃん焼 ちゃんちゃん焼きの具			
牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206
アルファ化米	56	精白米	70	食パン	55	精白米	70	精白米	70	ラーメン	160	精白米	70	精白米	70	精白米	70	アルファ化米	55	精白米	70
水	87	米粒麦(大麦)	7			米粒麦(大麦)	7	米粒麦(大麦)	7			米粒麦(大麦)	7	米粒麦(大麦)	7	米粒麦(大麦)	7	水	87	米粒麦(大麦)	7
●サケフレーク	20			チョコクリーム	15					鶏もも切込み	15							鶏もも切込み	15		
にんじん	15	糸かまぼこ	5			しめじバラ	8	だいこん	15	緑豆もやし	20	鶏もも切込み	15	●ささみ水煮	8	豚ももスライス	15	にんじん	10	だいこん	20
しめじバラ	8	ホールコーン	5	カットウインナー	10	木綿豆腐	20	白菜	20	白菜	20	ささがきごぼう	15	にんじん	10	米ぬか油	0.3	ささがきごぼう	10	ごぼう輪切り	8
カットねぎ	5	たまねぎ	20	たまねぎ	25	糸かまぼこ	5	カットえのき	8	ホールコーン	10	たまねぎ	20	たまねぎ	20	赤ワイン	1.5	干し椎茸	0.8	里芋カット	15
米ぬか油	0.5	緑豆もやし	20	じゃがいも(皮むき)	10	カットわかめ	0.2	しめじバラ	5	カットねぎ	5	カットねぎ	5	にんじん	5	おろししょうが	0.6	冷凍油揚げ	4	干し椎茸	0.5
濃口しょうゆ	4.5	干し椎茸	0.5	キャベツ	20	冷凍ゆば	3.5	木綿豆腐	15	米ぬか油	0.5	フレーク節(だし用)	2.5	干し椎茸	0.5	おろしにんにく	0.4	五目切りこんにやく	10	冷凍油揚げ	4
清酒	2	カットねぎ	5	ホールコーン	10	カットねぎ	5	カットねぎ	5	中華風だしの素	1	濃口しょうゆ	1.5	液卵	45	たまねぎ	45	米ぬか油	0.5	木綿豆腐	15
三温糖	0.8	中華風だしの素	1	チキンコンソメ	1.5	フレーク節(だし用)	2.5	煮干し(だし用)	2.5	ガラスープ	10	薄口しょうゆ	3	中華風だしの素	1	じゃがいも(皮むき)	35	濃口しょうゆ	4.5	カットねぎ	5
和風だしの素	0.7	ガラスープ	10	薄口しょうゆ	0.5	薄口しょうゆ	3	赤みそ	3	赤みそ	6.5	清酒	2	ガラスープ	10	にんじん	15	清酒	2	フレーク節(だし用)	2.5
天塩	0.15	薄口しょうゆ	2	天塩	0.18	天塩	0.15	白みそ	4	白みそ	5.5	本みりん	1	薄口しょうゆ	2	小麦粉	5.5	三温糖	0.8	薄口しょうゆ	4
		天塩	0.2	乾燥バセリ	0.05					清酒	1	天塩	0.2	天塩	0.2	米ぬか油	4.5	和風だしの素	0.7	本みりん	1
						さつまいも(天ぷら用)	40	●ホキ角切り	50	本みりん	2			でんぶん	0.5	カレー粉	0.5	天塩	0.2	天塩	0.15
豚もも角切り	50					小麦粉	6	清酒	2	おろしにんにく	0.4	●サバ	50			ロリエ	0.01				
清酒	2	●メルルーサ	50	鶏もも	50	でんぶん	1	おろししょうが	0.6	濃口しょうゆ	1	清酒	1.5	●かつお角切り	30	クミン	0.03	豚ロース	50	●サケ角切り	50
おろししょうが	0.6	清酒	1.5	天塩	0.1	ベーキングパウダー	0.2	でんぶん	7	白こしょう	0.02	濃口しょうゆ	2.3	天塩	0.1	セロリ	0.01	清酒	1.5	清酒	1.5
でんぶん	7	でんぶん	8	白こしょう	0.02	天塩	0.1	揚げ油(大豆油)	4.5	豚もも角切り	30	本みりん	1.5	清酒	1.5	ガラムマサラ	0.01	でんぶん	6	おろしにんにく	0.2
揚げ油(大豆油)	4.5	揚げ油(大豆油)	3.5	●ヨーグルト(調理用)	6	揚げ油(大豆油)	3	濃口しょうゆ	2.5	清酒	1	清酒	1	でんぶん	5	洋風だしの素	1.3	濃口しょうゆ	2.8	天塩	0.1
赤みそ	2.5	トマトケチャップ	3.5	カレー粉	0.4	揚げ油(大豆油)	3	濃口しょうゆ	2.5	豚もも角切り	30	本みりん	1.5	でんぶん	30	トマトケチャップ	4.5	三温糖	1.3	白こしょう	0.02
濃口しょうゆ	1	三温糖	2	トマトケチャップ	2.5	三温糖	2.5	鶏ひき肉	25	本みりん	1.3	でんぶん	4	でんぶん	0.3	揚げ油(大豆油)	4.5	ウスターソース	4.5	本みりん	1
三温糖	2	濃口しょうゆ	2	ウスターソース	1.3	鶏ひき肉	25	本みりん	1.3	でんぶん	4	でんぶん	0.3	揚げ油(大豆油)	4.5	ウスターソース	4.5	濃口しょうゆ	1	清酒	1
本みりん	1	米酢	0.8	濃口しょうゆ	0.5	おろししょうが	0.2	清酒	0.2	れんこん乱切り	20	水	4	トマトケチャップ	3.5	濃口しょうゆ	1	清酒	1	でんぶん	3.5
清酒	1	水	6			三温糖	2.1	水	3	でんぶん	3			三温糖	1.5	おろしりんご	3	おろししょうが	0.6	揚げ油(大豆油)	4
水	3.5			干切りごぼう	23	清酒	1.2	揚げ油(大豆油)	3	にんじん	25	濃口しょうゆ	2.5	濃口しょうゆ	1.5	チヤツネ	3	でんぶん	0.2		
		豚ももスライス	25	むき枝豆	8	薄口しょうゆ	2.3	じゃがいもカット	50	濃口しょうゆ	2.5	緑豆もやし	20	豆板醤	0.2	天塩	0.3	水	4.5	キャベツ	35
キャベツ	25	切り干し大根	4	にんじん	12	米ぬか油	0.3	にんじん	10	三温糖	2.2	小松菜	10	おろしにんにく	0.1			緑豆もやし	40	たまねぎ	20
きゅうり	15	清酒	1	ひじきドライパック	3	にんじん	30	たまねぎ	25	米酢	1.5	白ごま	1.5	でんぶん	0.2	●かぼちゃコロッケ	50	ホールコーン	8	赤みそ	3.5
小松菜	12	オイスターソース	1			冷凍炒り卵	20	豚ももスライス	15	コチジャン	0.6	すりごま	1.5	水	1.5	揚げ油(大豆油)	4	小松菜	12	白みそ	1.5
かおり粉	0.8	にんじん	12	ごまドレッシング	5	角さざみのり	0.5	米ぬか油	0.5	清酒	0.5										
		キャベツ	25					三温糖	2	おろしにんにく	0.1	卓上しょうゆ	1.8	マロニー	3.5	キャベツ	30	糸かつお	0.5	濃口しょうゆ	1
●りんごゼリー	50	白菜キムチ	10			●ぶどうゼリー	50			水	2.5			キャベツ	25	にんじん	15	卓上しょうゆ	1.8	本みりん	1
		米ぬか油	0.5					濃口しょうゆ	2.8	本みりん	1.3	だいこん	35	きゅうり	15	ホールコーン	6			清酒	1
		濃口しょうゆ	1					本みりん	1.3	和風だしの素	0.5	にんじん	15	ホールコーン	8	和風ドレッシング	5	●ヨーグルト	80	でんぶん	0.3
		本みりん	0.6																		
		中華風だしの素	0.5																		
		でんぶん	0.3							チンゲン菜	12					●みかん	45			米ぬか油	0.4
										中華ドレッシング	5										
										焼プリンタルト	30										
小617・kcal・中750・kcal		607・780		635・778		669・837		630・811		646・756		652・826		605・783		716・912		642・761		602・779	

※1人当たりの使用量(g)は、小学校3・4年生の量です。中学校は1.3倍量です。

19(月)		20(火)		21(水)		22(木)		23(金)		26(月)		27(火)		28(水)		29(木)		30(金)			
中学校B				広見小リクエスト献立				お月見(十三夜)献立		がんばれかにっ！献立											
牛乳 コッペパン アルファベツトスー イカのケチャップがらめ かぼちゃサラダ マヨネーズ	牛乳 小型コッペパン 焼きそば イカのケチャップがらめ かぼちゃサラダ マヨネーズ	牛乳 麦ごはん 鶏団子汁 厚揚げのお好み焼きソース ひじきとツナの炒め煮 柿	牛乳 麦ごはん ワンタンスープ 鶏肉のから揚げ 中華サラダ 中華ドレッシング 果汁グミ(青りんご味)	牛乳 うどん 肉うどんの汁 大学芋 つぼ漬けあえ	牛乳 麦ごはん 秋のすまし汁 サワラのみそネーズがけ 秋の吹き寄せ煮	牛乳 黒コッペパン きのこのビーフシチュー 里芋フライ まめ豆サラダ ソイドレッシング	牛乳 麦ごはん 可児のみそ汁 ハンバーグ照り焼きソース キャベツの磯香あえ 卓上しょうゆ りんご	牛乳 麦ごはん 関東煮 シシヤモの米粉揚げ ゆかりあえ 可児っこ大豆(はちみつ)	牛乳 五色ピラフ 鶏肉のマーメレードソース れんこんサラダ ごまドレッシング ミルクプリン	牛乳 麦ごはん 豆腐汁 イワシのかば焼き 大根と豚肉の煮物											
牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206		
コッペパン	55	コッペパン	45	精白米	70	精白米	70	うどん	80	精白米	70	黒コッペパン	55	精白米	70	精白米	70	アルファ化米	55	精白米	70
				米粒麦(大麦)	7	米粒麦(大麦)	7			米粒麦(大麦)	7			米粒麦(大麦)	7	米粒麦(大麦)	7	水	78	米粒麦(大麦)	7
ボンレスハム	8	焼きそばめん	60			豚ももスライス	20			牛ももスライス	20			たまねぎ	15	だいこん	35	むき枝豆	10	木綿豆腐	25
たまねぎ	20	豚ももスライス	15	だいこん	25	ボンレスハム	8	たまねぎ	35	カットえのき	6	米ぬか油	0.5	たまねぎ	15	だいこん	20	にんじん	10	ホールコーン	10
にんじん	8	たまねぎ	15	ささがきごぼう	8	にんじん	5	冷凍油揚げ	4	しめじバラ	6	おろしにんにく	0.3	だいこん	20	にんじん	10	ホールコーン	10	しめじバラ	8
キャベツ	15	にんじん	15	たまねぎ	18	たまねぎ	15	ささがきごぼう	8	だいこん	20	おろししょうが	0.6	木綿豆腐	20	里芋カット	15	カットウインナー	15	糸かまぼこ	5
ホールコーン	8	キャベツ	40	ほうれん草入り鶏団子	20	白菜	20	カットねぎ	6	木綿豆腐	20	たまねぎ	40	冷凍油揚げ	30	うずら卵	20	マッシュルーム スライス	15	たまねぎ	10
アルファベツトマカロニ	3.5	米ぬか油	0.5	カットねぎ	5	ワンタン麺	4	フレーク節(だし用)	2.5	●もみじ型かまぼこ	8	にんじん	15	カットわかめ	0.2	●豆ちくわ	15	米ぬか油	0.5	カットわかめ	0.25
チキンコンソメ	1.5	ウスターソース	10	煮干し(だし用)	2.5	カットねぎ	5	薄口しょうゆ	3	カットねぎ	5	しめじバラ	10	カットねぎ	5	●玉はんぺん	15	チキンコンソメ	1	カットねぎ	5
薄口しょうゆ	0.5	オイスターソース	1	白みそ	3.5	中華風だしの素	1	濃口しょうゆ	3	フレーク節(だし用)	2.5	まいたけ水煮	10	煮干し(だし用)	2.5	角こんにやく	20	白ワイン	2	フレーク節(だし用)	2.5
天塩	0.18	天塩	0.25	赤みそ	3.5	ガラスープ	10	本みりん	1	薄口しょうゆ	3	マッシュルーム スライス	8	可児の手作りみそ	8	角切昆布	1	薄口しょうゆ	0.8	薄口しょうゆ	3
乾燥バセリ	0.05	中華風だしの素	1			薄口しょうゆ	2	天塩	0.3	天塩	0.15	デミグラスソース	18			フレーク節(だし用)	2	天塩	0.4	天塩	0.15
		きざみしょうが	0.5	生揚げ	50	天塩	0.2	和風だしの素	1.3			ハンバーグ	60	濃口しょうゆ	3.5	白こしょう	0.02				
●イカ角切り	50	あおさ粉	0.15	豚ひき肉	6			●サワラ	50	ダイストマト	1	濃口しょうゆ	13	濃口しょうゆ	1			●イワシ開き	40		
清酒	2			清酒	1.5	鶏もも	50	さつまいもカット	55	ノンエッグマヨネーズ	0.8	ウスターソース	2.5	三温糖	0.8	本みりん	1.2	鶏もも	50	清酒	1.5
でんぶん	7	●イカ角切り	50	ノンエッグマヨネーズ	2	清酒	1.5	揚げ油(大豆油)	3	清酒	2	赤ワイン	1.5	清酒	2	和風だしの素	0.5	天塩	0.1	でんぶん	7
揚げ油(大豆油)	4.5	清酒	2	●お好み焼きソース	3	おろしにんにく	0.3	濃口しょうゆ	1	濃口しょうゆ	0.3	洋風だしの素	1	本みりん	2			白ワイン	1.5	揚げ油(大豆油)	4
トマトケチャップ	4	でんぶん	7	ウスターソース	1	おろししょうが	1	三温糖	4.5	三温糖	0.7	天塩	0.05	でんぶん	0.4	白こしょう	0.02	濃口しょうゆ	0.2	濃口しょうゆ	2.5
ウスターソース	2	揚げ油(大豆油)	4.5	和風だしの素	0.2	濃口しょうゆ	2.3	水	0.7	米酢	0.2	白こしょう	0.02	水	4	清酒	1	おろしにんにく	0.02	三温糖	1.2
三温糖	0.2	トマトケチャップ	4	●かつお節(粉末)	0.4	でんぶん	9	●黒ごま	1	白みそ	2.4	三温糖	0.3			おろししょうが	0.6	でんぶん	1	本みりん	1
水	2	ウスターソース	2	あおさ粉	0.08	揚げ油(大豆油)	4			ノンエッグマヨネーズ	3	米粉	3	キャベツ	30	でんぶん	3	濃口しょうゆ	1.7	清酒	1
		三温糖	0.2	●紅しょうが	0.5			キャベツ	23	粉辛子	0.04			小松菜	12	米粉	3	三温糖	0.3	おろししょうが	0.5
かぼちゃカット	40	水	2	濃口しょうゆ	1.5	緑豆もやし	38	にんじん	12	清酒	2	里芋カット	50	にんじん	10	揚げ油(大豆油)	2.5	本みりん	1	でんぶん	0.2
きゅうり	15			本みりん	1.5	チンゲン菜	15	きゅうり	10	水	1	揚げ油(大豆油)	3	刻みのり	0.3			白ワイン	1	水	4
		かぼちゃカット	40	三温糖	0.8	ホールコーン	8	つぼ漬け	8			精製塩	0.2	すりごま	2	緑豆もやし	35	マーメレードジャム	5		
マヨネーズ	7	きゅうり	15	でんぶん	0.2					乱切りごぼう	15	あおさ粉	0.1			卓上しょうゆ	1.8	きゅうり	10	でんぶん	0.3
				水	2	中華ドレッシング	5			れんこん乱切り	15							きゅうり	10	にんじん	12
										にんじん	10	大豆水煮	10					れんこんカット	15	米ぬか油	0.5
										角こんにやく	10	むき枝豆	10	●りんご	30			きゅうり	10	和風だしの素	0.5
										栗	5	キャベツ	20			可児っこ大豆(はちみつ味)	8	キャベツ	15	三温糖	2
										鶏もも切込み	15	にんじん	10					にんじん	8	濃口しょうゆ	3.6
										米ぬか油	0.5									清酒	1.5
										濃口しょうゆ	2.3	ソイドレッシング	5								
										三温糖	1.2										
										本みりん	1										
										清酒	1										
										和風だしの素	0.4										