

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				歯の日献立				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 さつまいもの天ぶら 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 カツオとポテトのチリソース 春雨サラダ 棒々鶏ドレッシング 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 けんちん汁 揚げサ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	カツオに下味をつける。 でんぶんをまぶして油で揚げる。 ポテトを油で揚げる。 タレを煮てからめる。	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	水	7	米粒麦(大麦)	7	
●サケフレーク	20			チョコクリーム	15					豚肉に下味をつける。でんぶんをまぶして油で揚げる。 れんこんにでんぶんをまぶして油で揚げ る。 タレを煮てからめる。								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			鶏もも切込み	15		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			ささがきごぼう	15		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			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		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	冷凍ねぎ	3.5	木綿豆腐	15			フレーク節(だし用)	2.5		おろしにんにく	0.4	五目切りこんにやく	0.5	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			濃口しょうゆ	1.5		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			薄口しょうゆ	3		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			清酒	2	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			本みりん	1	小麦粉	5.5	三温糖	0.8	薄口しょうゆ	4		
		天塩	0.2	乾燥パセリ	0.05							天塩	0.2	米ぬか油	4.5	和風だしの素	0.7	本みりん	1		
豚もも角切り	50					さつまいも(天ぶら用)	40	●ホキ角切り	50				カレー粉	0.01	天塩	0.2	天塩	0.15			
清酒 下味	2	●メルルーサ	50	鶏もも	50	小麦粉 A	6	清酒 下味	2		●サバ	50	ロリエ	0.01							
おろししょうが	0.6	清酒 下味	1.5	天塩 下味	0.1	でんぶん	1	おろししょうが	0.6		清酒 下味	1.5	クミン	0.03	豚ロース	50	●サケ角切り	50			
でんぶん	7	でんぶん	8	白こしょう	0.02	ベーキングパウダー	0.2	でんぶん	7		濃口しょうゆ	2.3	セロリ	0.01	清酒 下味	1.5	清酒	1.5			
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	天塩	0.1	揚げ油(大豆油)	4.5		三温糖	1.5	ガラムマサラ	0.01	でんぶん	6	おろしにんにく	0.2			
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 洋風だしの素	1.3	濃口しょうゆ	2.8			
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		清酒 下味	4	1 乱切りポテト	30	三温糖	1.3	白こしょう	0.02			
三温糖	2	濃口しょうゆ	2	ウスターソース	1.3	Aで衣をつくる。 さつまいもに衣をつけて油で揚げ る。 ●ぶどうゼリー	50	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	
本みりん	1	米酢 タレ	0.8	濃口しょうゆ	0.5			清酒 タレ	3		れんこん乱切り	20	4 トマトケチャップ	3.5	濃口しょうゆ	1	清酒 タレ	1			
清酒 タレ	3.5	水	6					水	2		でんぶん	3	三温糖	1.5	おろしりんご	0.6	揚げ油(大豆油)	4			
				鶏肉に下味をつけて焼く。 ごまドレッシング	5			揚げ油(大豆油)	3		揚げ油(大豆油)	3	濃口しょうゆ	1.5	豆板醤	0.2	天塩	0.3			
								濃口しょうゆ	2.5		濃口しょうゆ	2.5	おろしにんにく	0.1							
								三温糖	2.2		三温糖	2.2	でんぶん	0.2	●かぼちゃコロッケ	50	豚肉に下味をつける。 でんぶんをまぶして焼く。 タレを煮てかける。	Aをまぶして油で揚げ る。 三温糖 本みりん 清酒 でんぶん 米ぬか油			
								米酢 タレ	1.5		でんぶん	3	おろしにんにく	0.1	揚げ油(大豆油)	4					
								コチジャン	0.6		水	3	水	3							
								清酒	0.5		マロニー	3.5	マロニー	3.5							
								おろしにんにく	0.1		キャベツ	25	キャベツ	25							
								水	2.5		きゅうり	15	きゅうり	15							
								だいこん	35		ホールコーン	8	ホールコーン	8							
								にんじん	15												
								チンゲン菜	12												
								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		がんばれかりんこ!! 献立											
牛乳 コッペパン アルファベットスープ イカのキャップがらめ 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 イカのキャップがらめ 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 つば漬けあえ 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 つば漬けあえ 中華ドレッシング 果汁グミ(青りんご味)	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 五色ビラフ 鶏肉のマーマレードソース 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 五色ビラフ 鶏肉のマーマレードソース 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 五色ビラフ 鶏肉のマーマレードソース 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 五色ビラフ 鶏肉のマーマレードソース 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 五色ビラフ 鶏肉のマーマレードソース 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 五色ビラフ 鶏肉のマーマレードソース 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 五色ビラフ 鶏肉のマーマレードソース 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 五色ビラフ 鶏肉のマーマレードソース 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 五色ビラフ 鶏肉のマーマレードソース 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 五色ビラフ 鶏肉のマーマレードソース れんこんサラダ ごまドレッシング ミルクプリン		
牛乳(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
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	20	たまねぎ	20				
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	35	むき枝豆	10	木綿豆腐	25
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	4	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	20	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	30	里芋カット	15	カットウインナー	5	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	20	うずら卵	20	マッシュルーム スライス	20	たまねぎ	10
アルファベットマカロニ	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	3	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	オ伊斯ターソース	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	2.5	角こんにやく	20	白ワイン	20	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	10	薄口しょうゆ	3	マッシュルーム スライス	8	角切昆布	8	角切昆布	8	薄口しょうゆ	0.8	薄口しょうゆ	3
乾燥パセリ	0.05	中華風だしの素	1	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	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		
●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	13	ハンバーグ	60	濃口しょうゆ	2	濃口しょうゆ	3.5	白こしょう	0.02	●イワシ開き	40
清酒 下味	2	●イカ角切り	50	清酒 タレ	1.5	鶏もも	50	さつまいもカット	55	ハ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 下味	1.5
でんぶん	7	●イカ角切り	50	●お好み焼きソース	2	清酒 下味	1.5	揚げ油(大豆油)	3	清酒 下味	2	赤ワイン	1.5	清酒 タレ	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 下味	2	●お好み焼きソース	1	おろしにんにく	0.3	濃口しょうゆ	1	濃口しょうゆ	0.3	天塩	0.05	でんぶん	0.4	●シシヤモ	24	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	2.2	白こしょう	0.02	水	4	清酒 下味	1	白こしょう	0.02	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 タレ	0.7	米酢 タレ	0.2	白こしょう	0.02	水	4	おろしにんにく	0.2	三温糖 タレ	1.2	三温糖	0.2
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			でんぶん	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	ハンエッグマヨネーズ	3	粉辛子	0.04	米粉	3	ハンバーグを焼く。 タレを煮てかける。	シシヤモに下味をつける。 Aをまぶして油で揚げる。	でんぶん A	濃口しょうゆ	1.7	清酒	1	
かぼちゃカット	40	水 タレ	2	濃口しょうゆ	1.5	本みりん	1.5	清酒	1	里芋カット	50	里芋油で揚げる。 Aを和える。	50	揚げ油(大豆油)	2.5	本みりん タレ	0.3	おろししょうが	0.5	でんぶん	0.2
きゅうり	15			本みりん	1.5	本みりん	1.5	水	1	揚げ油(大豆油)	3	精製塩 A	0.2	早上りしょうが	1.8	白ワイン	1	水	4	水	4
				三温糖	0.8	三温糖	0.8					あおさ粉	0.1			マーマレードジャム	5				
				でんぶん	0.2	でんぶん	0.2									でんぶん	0.3				
				水	2	水	2									水	1.2				