

10月 卵・乳除去食 予定献立(おもて)

2025年 10月
白井市学校給食センター
TEL:047-492-1081

こんげつのもくひょう「のさずたべよう」

日	主食・おかず・デザート・その他	使われている材料	加工品(※)のアレルゲン特定原材料28品目
	ごはん	米	
1 (水)	のっぺいじる さばのこうみソースがけ いんげんとひきにくのいために ソフトフランスパン	鶏肉、酒、里芋、大根、人参、こんにゃく、長ねぎ、小松菜、でん粉、塩、醤油、みりん、かつおだし さば、酒、赤味噌、醤油、砂糖、みりん、※豆板醤、酢、でん粉、ごま油 いんげん、人参、豚肉、※春雨、玉ねぎ、生姜、サラダ油、かつおだし、酒、みりん、醤油 ※ソフトフランスパン	※大豆 ※-
2 (木)	オニオンスープ ポークチャップ かぼちゃのサラダ グレープゼリー	鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、※①ソテードオニオン、※②チキンブイヨン、コンソメ、塩、コショウ、パセリ、オリーブオイル 豚肉、酒、玉ねぎ、しめじ、ピーマン、にんにく、トマト、※①ケチャップ、※②ウスターソース、砂糖、コンソメ、塩、コショウ、でん粉、オリーブオイル ※ハム、かぼちゃ、きゅうり、とうもろこし、サラダ油、砂糖、醤油、酢 ※グレープゼリー	※①-、※②鶏肉 ※①-、※②りんご ※豚肉 ※-
3 (金)	コーンスープちゅうかふう あげきょうざ あつあげとチンゲンサイのちゅうかいため	※①なると、人参、えのき、玉ねぎ、小松菜、※②豆腐、※③とうもろこしペースト、塩、コショウ ※④中華スープの素、※⑤チキンブイヨン、でん粉 ※ぎょうざ、サラダ油 鶏肉、にんにく、※①絹揚げ、人参、玉ねぎ、チンゲンサイ、醤油、砂糖、みりん、ごま油、 ※②中華スープの素、でん粉、サラダ油	※①-、※②大豆、※③-、※④大豆、鶏肉、豚肉、ごま ※⑤鶏肉 ※豚肉、大豆、ごま、小麦、鶏肉、ゼラチン ※①大豆、※②大豆、鶏肉、豚肉、ごま
6 (月)	🍌じゅうごやこんだて🍌 ごはん おつきみじる とりにくのしおこうじやき みそドレッシングサラダ つきみだんご	米 米 豚肉、酒、人参、大根、えのき、※①豆腐、小松菜、※②野菜ボール、みりん、かつおだし、塩 ※③昆布だし、醤油 鶏肉、※塩こうじ、酒、ごま油、にんにく キャベツ、もやし、きゅうり、人参、白味噌、砂糖、醤油、酢、サラダ油、ごま油、白いりごま ※つきみだんご	 ※①大豆、※②大豆、※③- ※- ※小麦、大豆
7 (火)	カレーうどん わふういなり ブロッコリーサラダ メープルカップケーキ	※①うどん、豚肉、酒、玉ねぎ、長ねぎ、小松菜、※②油揚げ、人参、醤油、コショウ、みりん カレー粉、※③キングカレールウ、かつおだし ※わふういなり ブロッコリー、じゃが芋、人参、とうもろこし、醤油、ごま油、砂糖、酢、塩、コショウ ※メープルカップケーキ	※①小麦、※②大豆、※③小麦、鶏肉、大豆 ※大豆、小麦 ※大豆
8 (水)	むぎごはん わかめスープ プルコギどんのぐ フルーツボンチ	米、大麦 鶏肉、人参、もやし、白菜、※①豆腐、※②なると、わかめ、酒、醤油、※③中華スープの素 ※④チキンブイヨン、塩、コショウ 豚肉、にんにく、※①豆板醤、酒、玉ねぎ、しめじ、※②春雨、にら、砂糖、醤油、みりん、コショウ 白いりごま、ごま油 ※4色ゼリー、パイナップル、みかん缶、黄桃缶	※①大豆、※②-、※③大豆、鶏肉、豚肉、ごま ※④鶏肉 ※①大豆、※②- ※りんご、もも、大豆
9 (木)	ソフトフランスパン チリコンカン ハムカツ キャベツのさんしょくサラダ	※ソフトフランスパン 豚肉、にんにく、しょうが、サラダ油、赤ワイン、ナツメグ、玉ねぎ、じゃが芋、人参、いんげん豆 ひよこ豆、※①トマトビュッレ缶、トマト、※②トマトミックスソース、コンソメ、砂糖、塩 ※③中濃ソース、コショウ、チリパウダー、枝豆 ※①ハムカツ、サラダ油、※②中濃ソース キャベツ、人参、きゅうり、とうもろこし、※イタリアンドレッシング	※小麦 ※①-、※②大豆、鶏肉、※③りんご ※①豚肉、大豆、小麦 ※②りんご ※りんご、小麦、大豆、鶏肉、豚肉
10 (金)	🍷めあいがデーこんだて🍷 ごはん とうふとじゃがいものみそしる あじのあげに ぶたにくとやさいのおかかいため ブルーベリーゼリー	米 米 じゃが芋、玉ねぎ、えのき、※①豆腐、小松菜、かつおだし、※②昆布だし、白味噌、赤味噌 ※鰯の揚げ煮 豚肉、人参、玉ねぎ、キャベツ、にら、生姜、にんにく、酒、醤油、砂糖、※オイスターソース かつおぶし、サラダ油 ※ブルーベリーゼリー	 ※①大豆、※②- ※小麦、大豆 ※- ※-
14 (火)	ごはん あつあげのちゅうかに てづくりもちごめシユウマイ ちゅうかあえ	米 豚肉、長ねぎ、人参、こんにゃく、※①絹揚げ、しめじ、チンゲンサイ、生姜、サラダ油、酒、醤油、砂糖、※②中華スープの素、でん粉、ごま油 豚肉、鶏肉、玉ねぎ、生姜、しいたけ、砂糖、塩、※中華スープの素、醤油、でん粉、ごま油 もち米、黒米 ※かまぼこ、人参、きゅうり、キャベツ、わかめ、ごま油、醤油、砂糖、酢	※①大豆、※②大豆、鶏肉、豚肉、ごま ※大豆、鶏肉、豚肉、ごま ※-
15 (水)	ごはん いためやさいのみそしる さんまのしょうがに しおにくじゃが	米 鶏肉、ごま油、もやし、人参、大根、えのき、小松菜、かつおだし、※昆布だし、赤味噌、白味噌、醤油 ※秋刀魚の生姜煮 豚肉、玉ねぎ、じゃが芋、人参、長ねぎ、枝豆、にんにく、ごま油、※①中華スープの素、塩 ※②塩こうじ、ブラックペッパー、白いりごま、酒	※- ※小麦、大豆 ※①大豆、鶏肉、豚肉、ごま、※②-
16 (木)	ナポリタン メンチカツ とりにくとかいそうのサラダ りんごタルト	※①スパゲティ、※②ウインナー、にんにく、玉ねぎ、人参、ピーマン、しめじ、サラダ油、塩、コショウ ※③トマトミックスソース、※④ケチャップ、※⑤トマトビュッレ、赤ワイン、※⑥中濃ソース、砂糖 ※①メンチカツ、サラダ油、※②中濃ソース ※鶏さきみフレーク、キャベツ、もやし、とうもろこし、海藻ミックス、サラダ油、ごま油、砂糖、醤油、酢 白いりごま ※りんごタルト	※①小麦、※②豚肉、※③大豆、鶏肉、※④- ※⑤-、※⑥りんご ※①鶏肉、豚肉、大豆、※②りんご ※鶏肉 ※大豆、りんご
17 (金)	むぎごはん ひらめんスープ ガパオライスのぐ たまねぎドレッシングサラダ	米、大麦 豚肉、人参、※①なると、白菜、しいたけ、長ねぎ、小松菜、※②米粉麺、※③チキンブイヨン、醤油 ※④中華スープの素、塩、コショウ、ごま油 鶏肉、にんにく、生姜、※①七味唐辛子、サラダ油、酒、大豆、玉ねぎ、しめじ、赤・黄・緑ピーマン コンソメ、※②オイスターソース、醤油、みりん、砂糖、コショウ、カレー粉、※③ナンプラー ごま油、バジル きゅうり、じゃが芋、人参、とうもろこし、玉ねぎ、酢、砂糖、塩、醤油、サラダ油	※①-、※②-、※③鶏肉、※④大豆、鶏肉、豚肉、ごま ※①ごま、※②-、※③-

※「使われている材料」及び「加工品(※)のアレルゲン特定原材料28品目」で確認をしてください。

アレルゲン特定原材料28品目とは、えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生、くるみ、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、マカダミアナッツ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、アーモンドです。

※「醤油」は大豆と小麦、「白味噌、赤味噌」は大豆、「コンソメ」は鶏肉、豚肉が含まれています。



10月 卵・乳除去食 予定献立(うら)

2025年 10月
白井市学校給食センター

こんげつのもくひょう「のさずたべよう」			TEL:047-492-1081
日	主食・おかず・デザート・その他	使われている材料	加工品(※)のアレルゲン特定原材料28品目
	ごはん	米	
20	さつまじる	サツマイモ、豚肉、※①豆腐、人参、えのき、長ねぎ、小松菜、かつおだし、※②昆布だし 赤味噌、白味噌	※①大豆、※②-
(月)	あかうおのてりやき	※赤魚の照り焼き	※小麦、大豆
	きりぼしだいこんのふくめに	※①さつま揚げ、人参、※②油揚げ、切り干し大根、枝豆、サラダ油、酒、砂糖、みりん、醤油 かつおだし	※①-、※②大豆
	こくとうビーンズ	※黒糖ビーンズ	※大豆、小麦
	あげパンココア	※①ソフトフランスパン、サラダ油、砂糖、※②ココア	※①小麦、※②-
21	ハッシュドポーク	豚肉、にんにく、サラダ油、赤ワイン、玉ねぎ、人参、しめじ、グリンピース、※①白いんげん豆ペースト ※②ソテードオニオン、ローレル、※③ケチャップ、※④デミグラスソース、トマト、※⑤ウスターソース 醤油、砂糖、コンソメ、塩、コショウ	※①-、※②-、※③-、※④小麦、鶏肉、※⑤りんご
(火)	えだまめサラダ	キャベツ、きゅうり、えだまめ、とうもろこし、※和風ドレッシング	※小麦、大豆、鶏肉、豚肉、りんご
	レモンゼリー	※レモンゼリー	※-
	むぎごはん	米、大麦	
22	こまつなとしらたまのスープ	鶏肉、※①白玉もち、人参、えのき、小松菜、長ねぎ、※②中華スープの素、酒、塩、醤油	※①大豆、※②大豆、鶏肉、豚肉、ごま
(水)	きんぴらにくどんのぐ	豚肉、玉ねぎ、ごぼう、しらたき、生姜、酒、醤油、みりん、砂糖、サラダ油	
	やさいのごまあえ	ほうれん草、キャベツ、もやし、白すりごま、砂糖、醤油、酒	
	ソフトフランスパン	※ソフトフランスパン	※小麦
23	とうにゅうコンスープ	玉ねぎ、人参、とうもろこし、※①とうもろこしペースト、コンソメ、塩、コショウ、※②豆乳、パセリ	※①-、※②大豆
(木)	デミグラスハンバーグ	※①ハンバーグ、サラダ油、マッシュルーム、玉ねぎ、※②デミグラスソース、※③ケチャップ ※④中濃ソース、赤ワイン、砂糖	※①鶏肉、豚肉、大豆、※②小麦、鶏肉、※③- ※④りんご
	あおなのソテー	※ウインナー、人参、しめじ、エリンギ、小松菜、コンソメ、塩、コショウ、オリーブオイル	※豚肉
	いちごジャム	※いちごジャム	※-
	むぎごはん	米、大麦	
24	チキンカレー	鶏肉、赤ワイン、サラダ油、にんにく、生姜、玉ねぎ、人参、じゃが芋、※①チキンブイヨン ※②ソテードオニオン、※③チャツネ、※④レトロカールウ、※⑤コータスカールウ、米粉、 ※⑥中濃ソース、醤油、ガラムマサラ、カレー粉	※①鶏肉、※②-、※③りんご、※④小麦、鶏肉、大豆 ※⑤小麦、豚肉、鶏肉、大豆、りんご、※⑥りんご
(金)	ししやものアーモンドフライ	※ししやものアーモンドフライ、サラダ油	※小麦、アーモンド、大豆
	にんじんのマリネ	※ツナ、人参、玉ねぎ、きゅうり、酢、サラダ油、砂糖、塩、コショウ、パセリ	※-
	☐おはなしきゅうしょく☐【ふしぎ駄菓子屋銭天童シリーズ】		
	ごはん	米	
27	ワントンスープ	※①ワントン、酒、豚肉、人参、たけのこ、チンゲンサイ、白菜、えのき、※②中華スープの素 塩、醤油、コショウ、ごま油	※①小麦、豚肉、大豆、※②大豆、鶏肉、豚肉、ごま
(月)	いかのあまからだれ	いか、酒、でん粉、サラダ油、砂糖、醤油、みりん	
	はるさめのレモンあえ	※①ハム、とうもろこし、人参、もやし、きゅうり、※②春雨、レモン汁、砂糖、醤油、酢、ごま油 白いりごま	※①豚肉、※②-
	☐おはなしきゅうしょく☐【14ひきのかぼちゃ】		
	ソフトフランスパン	※ソフトフランスパン	※小麦
28	とうにゅうかぼちゃスープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、かぼちゃ、※①かぼちゃペースト、サラダ油、※②豆乳、コンソメ、塩 こしょう、パセリ	※①-、※②大豆
(火)	ツナサラダ	※ツナ、きゅうり、玉ねぎ、レモン汁、塩、コショウ、醤油	※-
	ジャーマンポテト	※ウインナー、じゃが芋、玉ねぎ、パセリ、塩、ブラックペッパー、コンソメ、オリーブオイル	※豚肉
	とうにゅうプリン(中学生のみ)	※豆乳プリン	※大豆
	☐おはなしきゅうしょく☐【また次の春へ】		
	ごはん	米	
29	とんじる	豚肉、酒、※①豆腐、こんにゃく、ごぼう、じゃが芋、もやし、かつおだし、※②昆布だし、白味噌 赤味噌	※①大豆、※②-
(水)	とりにくのごまづけ	鶏肉、酒、醤油、みりん、酢、砂糖、白すりごま、でん粉	
	おかかサラダ	キャベツ、ほうれん草、きゅうり、人参、※かまぼこ、かつおぶし、サラダ油、砂糖、酢、醤油	※-
	とうにゅうとココアのデザート	※豆乳とココアのデザート	※大豆
	☐おはなしきゅうしょく☐【今日はソミのおうちでキムチをつけるひ！】		
	ごはん	米	
30	トックいりスープ	鶏肉、酒、人参、白菜、小松菜、しいたけ、※①トック、※②中華スープの素、※③チキンブイヨン 塩、醤油、コショウ	※①-、※②大豆、鶏肉、豚肉、ごま、※③鶏肉
(木)	ぶたにくのキムチいため	豚肉、酒、サラダ油、生姜、玉ねぎ、もやし、にら、※①キムチ、塩、醤油、コショウ、ごま油 ※②中華スープの素、でん粉	※①-、※②大豆、鶏肉、豚肉、ごま
	ブロッコリーとじゃがいものちゅうかサラダ	ブロッコリー、じゃが芋、人参、とうもろこし、砂糖、酢、塩、コショウ、醤油、ごま油	
	🍷ハロウィンごんだて🍷 ☐おはなしきゅうしょく☐【魔女の宅急便】		
	キャロットピラフ	米、※キャロットピラフの素	※鶏肉、大豆
31	にくだんごいりトマトスープ	※①鶏肉団子、サラダ油、人参、玉ねぎ、セロリー、じゃが芋、にんにく、トマト、塩、砂糖、白ワイン コンソメ、※チキンブイヨン	※①鶏肉、大豆、小麦、※②鶏肉
(金)	チキンナゲット	※チキンナゲット	※鶏肉、豚肉、小麦、大豆
	ほうれんそうとコーンのサラダ	※①ハム、ほうれん草、人参、とうもろこし、サラダ油、レモン汁、塩、コショウ、※②アップルビネガー	※①豚肉、※②りんご
	かぼちゃクリームもち	※かぼちゃクリームもち	※大豆

※「使われている材料」及び「加工品(※)のアレルゲン特定原材料28品目」で確認をしてください。
アレルゲン特定原材料28品目とは、えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生、くるみ、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉
ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、マカダミアナッツ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、アーモンドです。
※「醤油」は大豆と小麦、「白味噌、赤味噌」は大豆、「コンソメ」は鶏肉、豚肉が含まれています。