

10がつ よていにこんだてひょう(A)

日	こんだてめい 献立名	あか なか ま 赤の仲間 からだ 体をつくるもとになる	みどり なか ま 緑の仲間 からだ ちょっと との 体の調子を整える	き なか ま 黄の仲間 エネルギーのもとになる	その他
1 火	ごはん チャブチエ	ぶたひきにく	にんじん たまねぎ キャベツ ほししいたけ にら にんにく	はるさめ なたねあぶら ごまあぶら さんおんとう しろいりごま	さけ しお こしょう うすくちしょうゆ みりん いちみとうがらし こいくちしょうゆ
	チングンサイのスープ	ベーコン	チングンサイ えのきたけ たまねぎ にんじん りょくどうもやし しょうが	ごまあぶら	チキンブイヨン しお うすくちしょうゆ こしょう さけ
	コッペパン クリームシチュー	とりにく きゅうにゅう だっしふんにゅう	たまねぎ にんじん グリンピース	じゃがいも こむぎこ バター なたねあぶら	しお こしょう さけ
3 木	フレンチサラダ	チキンハム	キャベツ きゅうり にんじん	なたねあぶら じょうはくとう	こめず こいくちしょうゆ しお こしょう
	さつまいもごはん			ごめ さつまいも なたねあぶら くろいりごま	うすくちしょうゆ しお さけ だしこんぶ
	いりどり	とりにく	ごぼう たけのこ にんじん さやいんげん	こんにゃく さんおんとう なたねあぶら	こいくちしょうゆ さけ しお みりん うすくちしょうゆ
4 金 歯	どうふとわかめの みそしる	とうふ あぶらあげ わかめ しんしゅうみそ あかみそ	たまねぎ にんじん あおねぎ		けずりぶし
	ごはん			ごめ	
	とりとレバーの レモンチリソース	とりレバー (こなつき) とりにく	しょうが にんにく	かたくりこ なたねあぶら さんおんとう ごまあぶら	しお トウバンジャン トマトケチャップ こしょう レモンかじゅう こいくちしょうゆ さけ
め あいこ 目の愛護示一 こんだて 献立	ちゅうかスープ	ぶたにく	たけのこ りょくどうもやし ほうれんそう にんじん ほししいたけ あおねぎ	なたねあぶら ごまあぶら	うすくちしょうゆ しお さけ こしょう チキンブイヨン
	しょくパン			しょくパン	
	ぶたにくの ケチャップいため	ぶたにく	たまねぎ にんじん ピーマン	なたねあぶら	さけ トマトケチャップ ウスターソース しお
10 木	コンソメスープ	ベーコン	キャベツ たまねぎ にんじん コーン パセリ		チキンブイヨン しお うすくちしょうゆ
	りんごジャム			りんごジャム 	
	くりいり ふきよせごはん	とりにく	えだまめ にんじん しめじ	ごめ くり なたねあぶら	だしこんぶ さけ しお うすくちしょうゆ みりん
11 金 じゅうさんやこんだて 十三夜 献立	さばのしおやき	さば			
	あきやさいのみそしる	あぶらあげ しんしゅうみそ あかみそ	だいこん にんじん しめじ えのきたけ あおねぎ	さつまいも 	けずりぶし
	ごはん			ごめ	
15 火	はっぽうさい	ぶたにく	しょうが チングンサイ はくさい たまねぎ りょくどうもやし たけのこ にんじん ほししいたけ	なたねあぶら かたくりこ ごまあぶら	しお チキンブイヨン こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ さけ
	はるまき	はるまき		なたねあぶら	
	こがたパン			こがたパン	
17 木 歯	わふう きのこスパゲティ	ベーコン とりにく	たまねぎ にんじん えのきたけ しめじ しいたけ にんにく あおねぎ	スパゲティ なたねあぶら	しお みりん さけ こいくちしょうゆ こしょう
	ごぼうの ごまマヨサラダ	ツナ	ごぼう にんじん きゅうり	ゾンエッグマヨネーズ しろすりごま	こめず しお
	ごはん			ごめ	
18 金 しょくいく ひこんだて 食育の日献立 いはらきけん ~茨城県へ~	にくみそなっとう	ひきわりなっとう とりひきにく あかみそ	たまねぎ あおねぎ しょうが にんにく	ごまあぶら さんおんとう	こいくちしょうゆ さけ トウバンジャン こめず
	ぬっぺじる	あぶらあげ	だいこん ごぼう にんじん しめじ あおねぎ	こんにゃく さといも	けずりぶし だしこんぶ みりん さけ しお こいくちしょうゆ
	なしゼリー			なしゼリー 	
22 火 歯 Curry エキスポ こんだて 献立	ごはん	さくねんど しろやまだいしょうがっこう ねんせい けんざいちゅうがっこう ねんせい かんが ★昨年度、城山台小学校6年生（現在中学校1年生）が考えたメニューです		ごめ	
	★にこにこレシゴシいり ビーフカレー	ぎゅうにく	にんにく しょうが たまねぎ にんじん れんこん 	じゃがいも なたねあぶら	カレーご カレールウ こいくちしょうゆ こしょう しお
	かいそうサラダ	ひじき くきわかめ ツナ	きゅうり にんじん コーン	じょうはくとう なたねあぶら	こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ こめず からしこ
24 木	こくとうパン			こくとうパン	
	ポークピーンズ	だいす ぶたにく ベーコン	たまねぎ にんじん	じゃがいも さんおんとう なたねあぶら	トマトケチャップ しお あかワイン こしょう ウスターソース
	さっぱりツナサラダ	ツナ	キャベツ にんじん きゅうり	じょうはくとう なたねあぶら	うすくちしょうゆ しお こいくちしょうゆ レモンかじゅう

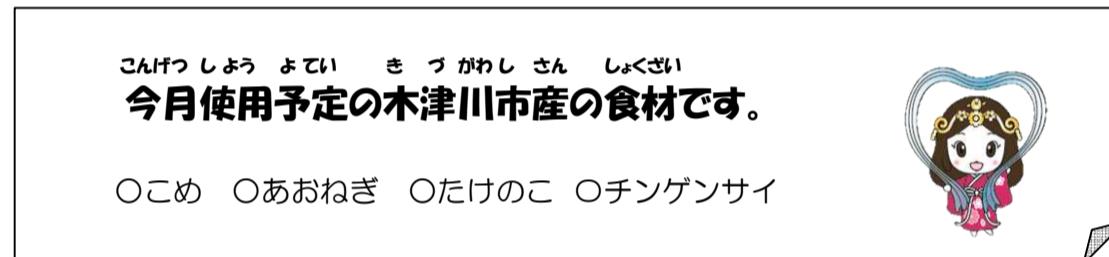
日	こんだてめい 献立名	あか なか ま 赤の仲間 からだ 体をつくるもとになる	みどり なか ま 緑の仲間 からだ ちょっととの 体の調子を整える	き なか ま 黄の仲間 エネルギーのもとになる	その他
25 金 <small>あき 秋じまい こんだて SDGs 献立</small>	ねぶかめし とりにくのしちみやき たいこんのみそしる	あぶらあげ とりにく あぶらあげ わかめ しんしゅうみそ あかもそ	あおねぎ しょうが にんにく あおねぎ たいこん はくさい たまねぎ しめじ にんじん あおねぎ	こめ さんおんとう ごまあぶら しろいりごま	うすくちしょうゆ さけ みりん だしこんぶ こいくちしょうゆ さけ しちみとうがらし けずりぶし
29 火 <small>エスティージーズ こんだて SDGs 献立</small>	ごはん たいずミートいり ビビンバ ニラスープ	あいびきにく だいすミート ベーコン	にんにく しょうが りょくとうもやし にんじん ぜんまい にら にら たまねぎ にんじん えのきたけ りょくとうもやし	こめ しろいりごま しろすりごま さんおんとう かたくりこ ごまあぶら なたねあぶら ごまあぶら	さけ こいくちしょうゆ みりん しお トウバンジャン うすくちしょうゆ しお こしょう チキンブイヨン
31 木 <small>ハロウィン こんだて 献立</small>	あじつけパン かぼちゃコロッケ カラフルサラダ トマトスープ	ツナ ベーコン	かぼちゃコロッケ キャベツ きゅうり にんじん コーン たまねぎ キャベツ にんじん セロリ パセリ	あじつけパン なたねあぶら じょうはくどう なたねあぶら トマトケチャップ しお トマトピューレ こしょう チキンブイヨン うすくちしょうゆ	

★城山台小学校の外国語の授業でクラスメイトと食べたい給食のカレーを選ぶ「Curry EXPO」を開催し、選ばれたカレーです。

- ※ 材料の都合で食材を変更することがあります。
- ※ 食材の産地は、木津川市のホームページに掲載しています。
- ※ 食材の産地は、当日の状況により変更になる場合があります。
- ※ マヨネーズ・ドレッシングは卵不使用のものを使用しています。
- ※ カレーに使用しているルウ（やさいカレー）は、アレルゲン28品目を使用していません。



カミカミメニューの日に
とうじょう くん
登場するカム君です。



幼稚園献立の魚については、骨取り加工されたものを提供しています。ただし、骨取り加工されていない魚を使用する場合は、左記マークにてお知らせしますのでご確認ください。
また、骨取り加工されたものでも、骨が残っている可能性があります。ご了承ください。

きゅう しょく じ かん やく そく 給食時間の約束

