

2026年

10月予定献立表



B献立(生駒台小,俵口小,生駒東小,生駒小,桜ヶ丘小)学校用
生駒市教育委員会 生駒市立生駒北学校給食センター

日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルゲン	
1日 (木)	コッペパン	コッペパン	黄	乳 小麦	2日 (金)	ごはん	ごはん	黄		5日 (月)	ごはん	ごはん	黄		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳	
	パオズ(2こ) もやしのちゅうかいため	ねぎみそパオズ もやし にら えりんぎ ごしょう とりガラスープ(粉末) うすくちしょうゆ ごめあぶら	赤 緑 緑 緑	小麦 大豆 豚肉		ちくわのいそべあげ	ミニちくわ てんぷらこ あおのりこ ごめあぶら	赤 黄 赤 黄	小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆		にくじゃが	ぎゅうにく にんじん たまねぎ グリーンピース じゃがいも いとこんにやく ざらめ ごめあぶら だしのもと せいしゆ こいくちしょうゆ	赤 緑 緑 緑 黄 黄 黄	牛肉 さば 小麦 大豆	
	あつあげのちゅうかに	あいびきミンチ あつあげ(大) たまねぎ チンゲンサイ たけのこ にんじん とうもろこし おろししょうが おろしにんにく ごしょう こいくちしょうゆ オイスターソース しお でんぷん ちゅうかスープ	赤 赤 緑 緑 緑 緑	牛肉 豚肉 大豆		けんちんじる	さといも ごぼう ひらこんにやく だいこん ねぎ だしのもと うすくちしょうゆ みりん でんぷん	黄 黄 緑 黄 緑 黄 黄	さば 小麦 大豆		ちりめんたくあん	きざみたくあん ちりめんじゃこ しろいりごま ごめあぶら さんおんとう せいしゆ	緑 赤 黄 黄 黄	大豆 ごま	
		エネルギー 635kcal		たんぱく質 28.9g			エネルギー 583kcal		たんぱく質 22.2g			エネルギー 633kcal		たんぱく質 25.6g	
日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルゲン	
6日 (火)	コッペパン	コッペパン	黄	乳 小麦	7日 (水)	ごはん	ごはん	黄		8日 (木)	ごはん	ごはん	黄		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳	
	フランクフルト	フランクフルト トマトケチャップ さんおんとう ウスターソース とんかつソース でんぷん	赤 黄 黄	豚肉		とりにくのレモンソースあげ(2こ)	とりにく おろししょうが せいしゆ でんぷん ごめあぶら レモンじる こいくちしょうゆ さんおんとう でんぷん	赤 黄 黄 緑 黄 黄	鶏肉 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆		さばのしおやき	しおさば	赤	さば	
	キャベツのカレーソテー	キャベツ えりんぎ とうもろこし コンソメスープ しお ごしょう カレーパウダー ごめあぶら	黄 緑 緑 緑	小麦 大豆 鶏肉		ちゅうかあえ	ローズハム にんじん きりぼしだいこん きゅうり ナムルドレッシング	黄 黄 緑 黄 黄	小麦 大豆		きんぴらごぼう	ごぼう にんじん つきこんにやく だしのもと さんおんとう こいくちしょうゆ ごめあぶら	緑 緑 黄 黄 黄	さば 小麦 大豆	
	やさいスープ	ぶたにく たまねぎ にんじん かぼちゃ えだまめ コンソメスープ うすくちしょうゆ ごしょう ごめあぶら	赤 緑 緑 緑 緑	豚肉 大豆 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆		とうがんのスープ	とうがん たまねぎ にんじん しいたけ とりガラスープ(液体) とりガラスープ(粉末) うすくちしょうゆ ごめあぶら	赤 緑 緑 緑 黄	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま 鶏肉 鶏肉 小麦 大豆		ちゃんこじる	ぶたにく とうふ はくさい さといも だいこん ねぎ おろししょうが せいしゆ だしのもと うすくちしょうゆ	赤 赤 緑 黄 緑 緑	豚肉 大豆 さば 小麦 大豆	
	ブルーヨーグルト	ブルーヨーグルト	赤	乳 ゼラチン			エネルギー 700kcal		たんぱく質 23.6g			エネルギー 584kcal		たんぱく質 24.8g	
			エネルギー 636kcal			たんぱく質 27.9g			エネルギー 700kcal			たんぱく質 23.6g			エネルギー 584kcal
日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルゲン	
9日 (金)	ごはん	ごはん	黄		13日 (火)	コッペパン	コッペパン	黄	乳 小麦	14日 (水)	ごはん	ごはん	黄		
	ジョア	ジョア(ブルーベリー)	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳	
	さけフライ	さけフライ ごめあぶら	赤 黄	小麦 さけ 大豆		チリコンカン	あいびきミンチ ミックスまめ たまねぎ ごめあぶら あかワイン さんおんとう ごしょう トマトケチャップ ウスターソース ガーリック こいくちしょうゆ チリパウダー でんぷん	赤 赤 赤 黄 黄 黄 黄 黄	牛肉 豚肉 小麦 大豆 小麦 大豆		あきやさいカレー	とりにく さつまいも たまねぎ にんじん しめじ ならのカレー ウ トマトケチャップ リンゴビュ ウスターソース コンソメスープ あかワイン ごしょう ごめあぶら	赤 黄 緑 緑 緑 緑 黄	鶏肉 小麦 大豆 鶏肉 りんご 小麦 大豆 鶏肉	
	たまごとじどんぶりのく	たまご かまぼこ たまねぎ にんじん みつば うすくちしょうゆ さんおんとう でんぷん だしのもと	赤 赤 赤 緑 緑 緑 黄 黄	卵 小麦 大豆 さば		フライドポテト	フレンチポテト ごめあぶら しお	黄 黄 黄			かいそうサラダ	ツナ(油漬け) わかめ くきわかめ きゅうり わふうドレッシング	赤 赤 赤 赤 黄	鶏肉 大豆	
	ほうれんそうのみそしる	たまねぎ ほうれんそう えのきたけ うすあげ だしのもと みそ	緑 緑 赤 赤	大豆 さば 大豆		オニオンスープ	たまねぎ にんじん とうもろこし えりんぎ ソテーオニオン コンソメスープ ごしょう うすくちしょうゆ オリーブオイル	緑 緑 緑 緑 緑 黄	大豆 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆		ふくじんづけ	ふくじんづけ	緑	大豆	
			エネルギー 618kcal			たんぱく質 25.3g			エネルギー 614kcal			たんぱく質 21.8g			エネルギー 638kcal
日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルゲン	食育の日・わ食の日					
15日 (木)	こめごはん	こめごはん	黄	乳 小麦	16日 (金)	ごはん	ごはん	黄		山口県の郷土料理 大平					
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳						
	やさいグラタン	やさいグラタン	黄	大豆		あじフライ	あじフライ ごめあぶら	赤 黄	小麦 大豆						
	ぶたにくのケチャップいため	ぶたにく えりんぎ カットいんげん ソテーオニオン オリーブオイル あかワイン おろしにんにく ごしょう コンソメスープ トマトケチャップ ウスターソース こいくちしょうゆ	赤 緑 緑 緑 黄	豚肉 大豆 小麦 大豆 鶏肉		にびたし	うすあげ にんじん はくさい だしのもと こいくちしょうゆ みりん さんおんとう	赤 緑 緑	大豆 さば 小麦 大豆						
	コンソメスープ	にんじん こまつな たまねぎ マカロニ(ABC) コンソメス うすくちしょうゆ ごしょう	緑 緑 黄	小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆	しよくいくのひ・わしよくのひ	おおいひら やまぐちけんのきょうどりようり ラッキーにんじんがはいっているよ!	とりにく れんこん さといも ごぼう ひらこんにやく にんじん ラッキーにんじん こうやどうふ ごめあぶら せいしゆ だしのもと こいくちしょうゆ さんおんとう みりん	赤 緑 黄 緑 黄 黄	鶏肉 大豆 さば 小麦 大豆	エネルギー 674kcal		たんぱく質 26.9g	エネルギー 661kcal		たんぱく質 27.8g

食育の日・わ食の日

山口県の郷土料理

大平



山口県の岩国地域に伝わる郷土料理で、平たく大きなお椀に入れることから「大平(おおひら)」という名前が付いたとされています。冠婚葬祭などの大人数が集まる時に提供される料理で、この時に使用するお椀は直径50cm程の大きさになるとも言われています。汁気が多く、優しい味付けのため、汁ごといただく煮物です。家庭によって入れる具材は様々ですが、里芋やれんこんなどの根菜類と、鶏もも肉などの食材を入れることが多いです。

味や使用する食材は筑前煮と似ていますが、高野豆腐が入っている点が大きく違うところです。給食も、汁物椀に入れて提供します。

A row of 16 mushrooms. The mushrooms alternate in color: black with white spots, white with black spots, black with white spots, and so on. The sequence starts and ends with a black mushroom. There are 8 black mushrooms and 8 white mushrooms in total.