

2025年10月 1日(水)		2025年10月 2日(木)		2025年10月 3日(金)		2025年10月 6日(月)		2025年10月 7日(火)		2025年10月 8日(水)	
献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal	献立名/食品名	kcal
【牛乳】	126	【牛乳】	126	【牛乳】	126	【牛乳】	126	【牛乳】	126	【牛乳】	126
★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳		★牛乳	
【ごはん(健康米)】	303	【みそラーメン】	392	【黒糖パンズパン】	344	【秋の香りごはん】	387	【ごはん(健康米)】	303	【ごはん(健康米)】	303
金賞健康米		ラーメン(冷凍)		★黒糖パン		金賞健康米		金賞健康米		金賞健康米	
【肉団子の甘酢あん】	213	粉寒天		★黒糖パン	309	金賞健康米		【八宝菜】	138	【鯖の梅煮】	186
ポーク・チキンミートボール		にんにく		【秋野菜のグラタン】		鶏肉					
青ピーマン		しょうが				さつまいも		豚肉		まさば	
綿実油		豚肉				綿実油		にんじん		白ねぎ	
玉葱		綿実油				干し椎茸		はくさい		しょうが	
ごま油		りょくとうもやし				にんじん		玉葱		こいくちしょうゆ	
たけのこ(水煮)		にんじん				ぶなしめじ		青ピーマン		酒	
にんじん		葉ねぎ				うすくちしょうゆ		干し椎茸		本みりん	
干し椎茸		玉葱				酒		綿実油		上白糖	
しょうが		こまつな				本みりん		にんにく		梅干し(種無し)	
中華だし		とうもろこし				削り節・昆布だし		しょうが		昆布だし	
上白糖		鳥がらだし				【かぶのとうとう煮】	104	食塩		水	
こいくちしょうゆ		酒		★調製豆乳				白こしょう		【みそ汁】	88
トマトケチャップ		タケヤみそ		★植物性チーズ		豚肉		こいくちしょうゆ		★油揚げ	
米酢		本みりん		白みそ		かぶ		うすくちしょうゆ		★木綿豆腐	
水		食塩		食塩		こまつな		上白糖		りょくとうもやし	
かたくり粉		ごま油		パン粉(乾燥)		白ねぎ		中華だし		玉葱	
		水		オリーブ油		にんじん		ごま油		にんじん	
【かきたま汁◎除去食】	57	白こしょう		【麦入り野菜スープ】	68	しょうが		かたくり粉		カットわかめ	
★たまご		【チャンプルー】	122	【麦入り野菜スープ】		干し椎茸		水		こまつな	
ぶなしめじ		★絹厚揚げ(冷凍)		おおむぎ(押麦)		こいくちしょうゆ		【揚げ餃子の香りづけ】	187	赤みそ	
玉葱		青ピーマン		ショルダーベーコン		うすくちしょうゆ		ぎょうざ(冷凍)		白みそ	
ほうれんそう		キャベツ		にんじん		上白糖		綿実油		昆布だし	
根みつば		にんじん		マカロニ(エルボ)		本みりん		葉ねぎ		削り節	
うすくちしょうゆ		ちくわ		キャベツ		食塩		しょうが		水	
食塩		焼き豚		セロリー		昆布だし		米酢		【手作りふりかけ】	26
かたくり粉		ごま油		鳥がらだし		削り節		上白糖			
昆布だし		こいくちしょうゆ		オリーブ油		水		うすくちしょうゆ		かつおぶし(粉末)	
削り節		酒		食塩		かたくり粉				干ひじき(ステンレス釜、乾)	
水		食塩		白こしょう		【白菜の柚子の香あえ】	18	餃子：野菜[キャベツ]、野菜[たまねぎ]、野菜[にら]、豚肉、豚脂、でん粉加工食品、香味油、しょうゆ、酵母エキス、食塩、砂糖、しょうがペースト、香辛料、皮(小麦粉、食塩、加工でんぷん、炭酸Ca、ピロリン酸鉄、水)			ごま(いり)
【焼きじゃが】	43	かつお節(碎片)		本みりん							綿実油
じゃがいも		【りんご(缶詰)】	41	うすくちしょうゆ		はくさい					本みりん
食塩		りんご(缶詰)		かたくり粉		にんじん					こいくちしょうゆ
ごま油				水		上白糖				水	
綿実油						食塩					
						米酢					
						ゆず(果汁)					
						【月見デザート】	39				
						月見デザート					
						月見デザート：糖類[果糖ぶどう糖等液糖(国内製造)、ぶどう糖、砂糖、果糖]、デキストリン、果汁(みかん、ブルーベリー)、寒天/加工でんぷん、乳酸Ca、ゲル化剤、(増粘多糖類、アルギン酸Na)、酸味料、香料、着色料(クチナシ、紅麹)、クエン酸鉄Na					
	</										

[illegible]

[illegible]

ならけん きょうどりょうり
奈良県の郷土料理 【10月^{がつ}27日^{にち}】



※栄養価(kcal)は中高等部のエネルギー量を記載しています。中高等部の1に対して、小学部低学年が約7割、小学部高学年は約8割の栄養価になります。

※献立は材料搬入の都合により変更することがあります。

ハロウィン^{こんたて}献立