



# 10月の給食献立表



2025(R7)年

しがけんりつやすようこがっこう  
滋賀県立野洲養護学校

日	曜	献立名	おもな食品			エネルギー	スプーン	白ごはん
			赤 血や肉になる	緑 体の調子を整える	黄 熱や力になる	(kcal)		
						上段:中高部 下段:小学部		
6	月	★お月見献立★ ごはん うさぎ型ハンバーグ 含め煮 つきみじろ月見汁 飲むヨーグルト(プレーン)	10月6日は十五夜です！ お月見にちなんだメニューが登場します！					
			ハンバーグ さつまあげ	だいこん 人参	こめ 砂糖	627		
			かまぼこ わかめ 飲むヨーグルト	いんげん えのきたけ	さと 里いも ふ	455	×	○
7	火	コッペパン りんごジャム 鶏肉のマスタードソース ほうれん草ソテー コンソメスープ 牛乳	鶏肉 ベーコン	ほうれん草 もやし しめじ	コッペパン 油 じゃがいも 砂糖	705		
			ぎゅうにゅう 牛乳	たま 玉ねぎ 人参 グリンピース	マスタードソース りんごジャム	481	×	×
8	水	ごはん さばの味噌煮 やさしい 野菜の煮びたし すまし汁 牛乳	さば 油あげ かまぼこ	しょうが 人参 白菜	こめ 砂糖	714		
			わかめ 牛乳	こまつな 小松菜 もやし えのきたけ	さと 砂糖	537	×	○
9	木	ごはん 魚の西京焼き(さわら) だいがいも 大学芋 もやしのみそ汁 牛乳	さわら 油あげ	人参 もやし	こめ 砂糖 さつまいも	792		
			ぎゅうにゅう 牛乳	ねぎ	さんおんどう くる 三温糖 黒ごま 油	593	×	○
10	金	★目の愛護デー献立★ カレーうどん(ソフト麺) 野菜のごま風味炒め め 目の愛護デーゼリー 牛乳	10月10日は「目の愛護デー」66 ブルーベリーのゼリーが出ます！					
			豚肉 あぶら 油あげ	たま 玉ねぎ 人参 ねぎ	ソフト麺 カールウ 砂糖 でん粉 ごま	669		
			ぎゅうにゅう 牛乳	キャベツ ブロッコリー	ごま油 油 さつまいも 黒ごま ゼリー	534	×	×
14	火	コッペパン ハムチーズサンドフライ やさしい 野菜炒め さつまいも入りシチュー 牛乳	ハムチーズサンドフライ	もやし 人参 キャベツ	コッペパン 油	815		
			鶏肉 ぎゅうにゅう 牛乳	たま 玉ねぎ ブロッコリー	さと 砂糖 さつまいも	547	○	×
15	水	ごはん 焼き魚(さけ) ちくげんも 筑前煮 田舎汁 牛乳	さけ 鶏肉 さつまあげ	ごぼう 人参 こんにゃく	こめ 里いも	671		
			ちくわ ぎゅうにゅう 牛乳	いんげん だいこん 大根 白菜 ねぎ	さと 砂糖	508	×	○
16	木	ごはん さばのおかか煮 煮浸し じゃがいものみそ汁 牛乳	さば かつおぶし 油あげ	しょうが 人参 はくさい	こめ 砂糖	749		
			わかめ ぎゅうにゅう 牛乳	こまつな 小松菜 しめじ	じゃがいも	558	×	○
17	金	ごはん 焼き栗コロッケ あか 赤こんにゃく入りきんぴら 豆腐のすまし汁 牛乳	ちくわ 豆腐	あか 赤こんにゃく ごぼう 人参	こめ コロッケ 油	680		
			かまぼこ ぎゅうにゅう 牛乳	いんげん えのきたけ みつば	さと 砂糖 ごま	517	×	○
20	月	ごはん 鶏肉のみそマヨ焼き ブロッコリーソテー なす入りみそ汁 牛乳	鶏肉 みそ ハム	ブロッコリー しめじ コーン	こめ マヨネーズ	786		
			あぶら 油揚げ ぎゅうにゅう 牛乳	なす たま 玉ねぎ ねぎ	さと 砂糖	594	×	○
21	火	食パン さつまいものグラタン ウインナー入り野菜スープ 近江米ムース 牛乳	鶏ひき肉 チーズ	たま 玉ねぎ 人参	食パン さつまいも 油 バター	813		
			ウインナー ぎゅうにゅう 牛乳	しめじ キャベツ パセリ	こむぎこ 小麦粉 パン粉 ムース	568	○	×
22	水	キャロットピラフ 肉団子のラタトゥイユ オニオンスープ 牛乳	肉団子 ベーコン	トマト 玉ねぎ 人参 なす	こめ 油	786		
			ぎゅうにゅう 牛乳	にんにく しょうが パセリ	あぶら 油	560	×	×
23	木	ポークカレーライス イタリアンソテー 飲むヨーグルト(マスカット)	豚肉 飲むヨーグルト	たま 玉ねぎ 人参 グリンピース にんにく	こめ じゃがいも カレールウ	680		
			飲むヨーグルト	しょうが ブロッコリー コーン キャベツ	あぶら 油 ドレッシング	501	○	○
24	金	ラーメン(しょうゆ) ポークしゅうまい き 蕎麦かめり中華炒め ぎゅうにゅう 牛乳	焼き豚 なた しゅうまい	もやし ねぎ たま 玉ねぎ	ちゅうか 中華めん 砂糖	650		
			豚肉 茎ワカメ ぎゅうにゅう 牛乳	人参 にら	あぶら ごま油	509	×	×
27	月	ごはん マーボー豆腐 もやしの中華いため コーンと卵の中華スープ ぎゅうにゅう 牛乳	豆腐 豚ひき肉 赤みそ	グリンピース にんにく しょうが もやし	こめ 砂糖 でんぷん	656		
			鶏卵 ぎゅうにゅう 牛乳	人参 にら コーン クリームコーン パセリ	あぶら 油	497	×	○
28	火	コッペパン 肉団子(たれつき) 野菜のナムル マカロニ入り野菜スープ ぎゅうにゅう 牛乳	肉団子 糸かまぼこ	キャベツ 人参	コッペパン ナムルドレッシング	699		
			ぎゅうにゅう 牛乳	ほうれん草 たま 玉ねぎ	じゃがいも マカロニ	472	×	×
29	水	ごはん 焼き魚(さば) 切り干し大根煮 きのこ入りみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳	さば ちくわ	き ぼ だいこん 人参 玉ねぎ	こめ 砂糖	698		
			あぶら 油あげ ぎゅうにゅう 牛乳	しめじ まいたけ ねぎ	さと 砂糖	529	×	○
30	木	ごはん 白身魚のマヨネーズ焼き(ホキ) ごもく 五目きんぴら かきたま汁 ぎゅうにゅう 牛乳	ホキ 青のり 豚肉 ちくわ	人参 ピーマン	こめ マヨネーズ 砂糖	690		
			けいらん 鶏卵 かまぼこ ぎゅうにゅう 牛乳	ほうれん草 たま 玉ねぎ	じゃがいも ごま 油 でん粉	523	×	○
31	金	ごはん かぼちゃ型ハンバーグ ひじき煮 だいこんのみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳	ハンバーグ 大豆 ひじき	こんにゃく 人参	こめ 砂糖	690		
			ちくわ あぶら 油あげ ぎゅうにゅう 牛乳	だいこん 大根 はくさい 白菜	あぶら 油	519	×	○

※材料等の都合で献立が変更になる場合があります。

※白ごはんが×の日は用意ができませんので、必要な方は白ご飯を各自持参下さい。