

れいわ
令和8年

10月

がっ がっ こう きゅうしよくこんだて よてい ひょう

学校給食献立予定表

北杜南学校給食センター

日 曜日	献立名	赤の仲間の食品 ち・にく・ほねをつくる		緑の仲間の食品 からだのちょうしをととのえる		黄色の仲間の食品 ちからやねつになる		ぎょうじ 行事
		(1群)	(2群)	(3群)	(4群)	(5群)	(6群)	
		※ は北杜市産、斜体表記は県内産を使用する予定です。						
1 木	ミルクパン・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン		須玉小 1,2年 校外学習
	チリコンカン	ぶたにく、だいず		にんじん、トマト、パセリ	たまねぎ	さとう、マカロニ	あぶら	
	しおやきそば	とりにく		にんじん	たまねぎ、ちやし、キャベツ	ちゅうかめん	あぶら	
	チキンポテトスープ	とりにく		あかパプリカ、かぶ	かぶ、とうもろこし、ほくさい	じゃがいも	あぶら	
	りんご				りんご			
2 金	サンマーどん・ぎゅうにゅう	ぶたにく、なると	ぎゅうにゅう	にんじん、こまつな	たまねぎ、ちよし、キャベツ	こめ、むぎ、さとう、かたくりこ	あぶら、ごまあぶら	須玉小 6年登山 予備日
	はるさめサラダ	ハム		にんじん	きゅうり	はるさめ、さとう	ごま、ごまあぶら	
	ワンタンスープ	とりにく		とうもろこし、あかパプリカ	たまねぎ、えのきたけ、メンマ、はるさめ	ワンタン	あぶら	
	ぶどうゼリー					ぶどうゼリー		
5 月	キムタクごはん・ぎゅうにゅう	ぶたにく	ぎゅうにゅう		ねぎ、たまねぎ、ほくさい、だいこん	こめ、むぎ	あぶら、ごまあぶら	東小 西小 明野小 武川小 須玉中 振替休業日
	にくシュウマイ	ぶたにく、とりにく			たまねぎ	シュウマイのかわ		
	おからサラダ	おから、ハム		にんじん	とうもろこし、きゅうり	マカロニ、さとう	マヨネーズ	
	もずくスープ	かまぼこ、とうふ	もずく	にんじん、チンゲンサイ、とうもろこし	えのきたけ、ねぎ			
	かき				かき			
6 火	ごまあげパン・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン、さとう	あぶら、ごま	須玉小 創立記念日
	ほうとうのラザニア	とりにく	チーズ	にんじん、トマト、パセリ	たまねぎ	さとう、ほうとうめん	あぶら	
	きのこのクラムチャウダー オレンジ	とりにく、あさり	ぎゅうにゅう、なまクリーム	にんじん、いんげん、かぶ	たまねぎ、かぶ、しめじ	じゃがいも	あぶら、ホワイトソース、 ベジタブルソース	
7 水	ターメリックライス・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ、むぎ		東小4年 西小4年 校外学習
	ハヤシルウ	ぶたにく	チーズ、なまクリーム	にんじん、トマト	たまねぎ、しめじ、れんこん	じゃがいも、さとう	あぶら、アサゲ、アサハヤシルウ	
	キャベツとウィンナーとたまごのソテー	ウィンナー、たまご		あかパプリカ	とうもろこし、キャベツ		あぶら	
	アセロラフルーツポンチ				アセロラ、みかん、かんかん、もも、りんご、ジュース	アセロラ、ジュレ、はちみつ、ゼリー、ぶどうゼリー、サイダーゼリー		
8 木	ちやめし・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ、むぎ		武川小 1,2年 校外学習 中学校 支部新人戦 給食なし
	ぶたにくのしょうがやき	ぶたにく、みそ		あかパプリカ	たまねぎ	さとう	あぶら、ごま	
	あきなすのそぼろに	とりにく		にんじん、いんげん	たまねぎ、なす	さとう、かたくりこ	あぶら	
	さつまけんちゃん	あぶらあげ、とうふ、みそ	にぼし	にんじん、こまつな	だいこん、ねぎ	さつまいも	あぶら、ごまあぶら	
	オレンジゼリー					オレンジゼリー		
9 金	わかめごはん・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう、わかめ			こめ、むぎ		目の愛護 デー献立
	あじのたつたあげ	アジ				かたくりこ	あぶら	
	ケチャップソテー	ウィンナー		にんじん、トマト、ピーマン	たまねぎ	さとう、スパゲティ	あぶら	
	さわにわん	ぶたにく、けずりぶし		にんじん、みずな、とうもろこし	ごぼう、えのきたけ、ねぎ	かたくりこ		
	ぶどうグミ					ぶどうグミ		
13 火	コッペロールパン・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン		明野小 運動会 予備日
	ホキのマッシュポテトやき	ホキ				マッシュポテト	マヨネーズ	
	ピーマンとぶたにくのいため	ぶたにく		ピーマン、あかパプリカ	たけのこ、ちやし	さとう、かたくりこ	あぶら、ごまあぶら	
	カレーうどん	ぶたにく、けずりぶし、あぶらあげ、かまぼこ		にんじん、こまつな	たまねぎ、ねぎ	じゃがいも、うどん、かたくりこ	あぶら、カレールウ	
	いちごジャム					いちごジャム		
14 水	ビビンバ（ごはん）・ぎゅうにゅう	ぶたにく、とりにく	ぎゅうにゅう			こめ、むぎ	あぶら	東小6年 修学旅行 西小1,2年 校外学習
	にたまご	たまご				さとう		
	ビビンバ（やさしい）	みそ		にんじん、こまつな	だいこん、ちやし	さとう	ごま	
	わかめスープ	なると	わかめ	にんじん、チンゲンサイ、とうもろこし	えのきたけ、とうもろこし、ねぎ			
	メロンムース					メロンムース		
15 木	ソフトフランスパン・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン		東小6年 修学旅行 明野小 創立記念日
	チキンとポテトのケチャップに	とりにく				じゃがいも、かたくりこ、さとう	あぶら	
	ツナコーンごまサラダ	まぐろ、みずな		にんじん	キャベツ、きゅうり、とうもろこし	ごまドレッシング		
	たまごそうすい	とりにく、かまぼこ、たまご		にんじん、みずな	だいこん、えのきたけ、ねぎ	こめ		
16 金	りんご				りんご			東小6年 修学旅行
	むぎごはん・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ、むぎ		
	やきとりどん	とりにく、ミートボール		にんじん、ピーマン	たまねぎ、たけのこ、ねぎ	さとう	あぶら、ごま、ごまあぶら	
	チーズポテト	ウィンナー	チーズ	パセリ	たまねぎ	じゃがいも	あぶら	
	だいたのみそしる	だいたのみそ、とうもろこし	にぼし	にんじん	ごぼう、だいこん、ねぎ	こんにゃく	あぶら	
にゅうさんきんいんりょう								

10月30日は
食品ロス削減の日

日 曜日	献立名	赤の仲間の食品 ち・にく・ほねをつくる		緑の仲間の食品 からだのちょうしをととのえる		黄色の仲間の食品 ちからやねつになる		ぎょうじ 行事
		(1群)	(2群)	(3群)	(4群)	(5群)	(6群)	
		※ は北杜市産、斜体表記は県内産を使用する予定です。						
19 月	むぎごはん・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ、むぎ		
	ブルコギ	ぶたにく		あかパプリカ、こねぎ	たまねぎ、きパプリカ	さとう	あぶら、ごまあぶら	
	マカロニサラダ	まぐろみずに		にんじん	きゅうり、キャベツ、とうもろこし	マカロニ、さとう	マヨネーズ	
	チゲスープ	とりにく、とうふ、みそ		にんじん、にら	たまねぎ、ごぼう、えのきたけ、たけのこ、ほくさい、ねぎ		ごまあぶら	
	しおパニラワッフル					しおパニラワッフル		
20 火	こどもパン・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン		東小4年 校外学習 西小4年 武川小 1,2年 校外学習 予備日
	ポークチャップ	ぶたにく、だいず		トマト	たまねぎ、しめじ、れんこん	さとう、こむぎ	あぶら	
	キャベツのあますりソテー	ベーコン		にんじん	キャベツ、きゅうり	さとう	あぶら	
	みそラーメン	とりにく、やきぶた、なると	わかめ	にんじん	メンマ、とうもろこし、ちやし、ほくさい、ねぎ	ちゅうかめん	あぶら、ごま、ごまあぶら	
	りんご				りんご			
21 水	ガバオライス・ぎゅうにゅう	ぶたにく、とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん、ピーマン	たまねぎ、きパプリカ	こめ、むぎ、さとう	あぶら、ごまあぶら	武川小 創立記念日
	キャベツのげんきサラダ	ぶたにく		にんじん	キャベツ、きゅうり、もやし	さとう	ごま、あぶら、ごまあぶら	
	フォーのスープ	とりにく		あかパプリカ、とうもろこし	たまねぎ、えのきたけ、ほくさい、ねぎ	フォー	あぶら	
	はちみつレモンヨーグルト		ヨーグルト					
22 木	ごこくまいごはん・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ、むぎ、くるまい、あかまき、きり、げんまい		須玉中2年 職場体験
	チキンのレモンソース	とりにく			レモン	こむぎ、かたくりこ、さとう	あぶら	
	あおなごのたまごめ	かまぼこ		ごまつな、にんじん	もやし	さとう	ごま	
	こんさいのみそしる	あぶらあげ、とうふ、みそ	にぼし	にんじん	だいこん、ごぼう、ほくさい、ねぎ	さつまいも	ごまあぶら、ごま	
23 金	プリン					プリン		十三夜 給食 須玉中2年 職場体験
	きのこごはん・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		えのきたけ、しいたけ、しめじ、とうもろこし、しょうが	こめ、むぎ	あぶら、ごまあぶら	
	さばのみそに	サバ、みそ				さとう		
	カレーにくじゃが	ぶたにく		にんじん、いんげん	たまねぎ	じゃがいも、さとう	あぶら	
	すいとん	けずりぶし、なると、あぶらあげ		にんじん、ごまつな、みずな	だいこん、ねぎ	すいとん	あぶら	
26 月	おつきままんじゅう					こくとうまんじゅう		須玉小 高根中 振替休業日
	ごもくチャーハン・ぎゅうにゅう	とりにく、やきぶた、かまぼこ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ、しいたけ、ねぎ	こめ、むぎ	あぶら、ごまあぶら	
	オムレツ	たまご						
	カラフルじゃがビー	ウィンナー		ピーマン、あかパプリカ	たまねぎ、とうもろこし	じゃがいも	あぶら	
	チャンボンスープ	とりにく、えび		にんじん、にら	たけのこ、もやし、キャベツ		あぶら、ごまあぶら	
27 火	いちごオムレツ					いちごオムレツ		武川中2年 職場体験
	こくとうパン・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン		
	チーズインハンバーグマトソース	ぶたにく、とりにく			たまねぎ	さとう	あぶら	
	コールスロースパサダ	ハム		にんじん	キャベツ、とうもろこし、きゅうり	スパゲティ	ドレッシング	
28 水	きのこたまごのスープ	かまぼこ、たまご		ごまつな、とうもろこし	たまねぎ、えのきたけ、しめじ、しいたけ、オレンジ	ビーフン		武川中2年 職場体験
	オレンジ							
	むぎごはん・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ、むぎ		
	チキンカレー	とりにく	チーズ、スキムミルク	にんじん	たまねぎ	じゃがいも、さとう	あぶら、カレールウ	
29 木	にんじんしりしり	とりにく、まぐろみずに、とうふ	くきわかめ	にんじん	とうもろこし、えだまめ		あぶら	
	フルーツヨーグルト		ヨーグルト、なまクリーム		みかん、かんぱん、アサゲ、みかん、ももかん	さとう、サイダーゼリー、さくらんぼゼリー、りんごゼリー		
	ステーキパン・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン		
	チキンピーンズ	とりにく、だいず		トマト、パセリ	たまねぎ、しめじ	さとう、こむぎ	あぶら	
30 金	あおじそサラダ	かまぼこ		にんじん	キャベツ、きゅうり、もやし、とうもろこし		ドレッシング	
	かぼちゃほうとう	ぶたにく、あぶらあげ、みそ	にぼし	にんじん、かぼちゃ	だいこん、しいたけ、ほくさい、ねぎ	ほうとうめん		
	きっかみかん				みかん			
	むぎごはん・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ、むぎ		
	かぼちゃひきにくコロッケごまソース	ぶたにく、みそ		かぼちゃ		パン、こむぎ、さとう	あぶら、ごま	
	チャプチェ	ぶたにく		にんじん、ピーマン、あかパプリカ	たまねぎ	さとう、はるさめ	ごまあぶら、ごま	
	なめこのみそしる	とうふ、みそ	にぼし、わかめ	にんじん、ごまつな	なめこ、ほくさい、ねぎ			
	パンプキンパフ					パンプキンパフ		



