

学校給食献立表(東ブロック)

令和7年度10月分(10/1～10/31)

姫路市教育委員会

10月1日(水)			10月2日(木)			10月3日(金)			10月6日(月)			10月7日(火)			10月8日(水)		
こんだて	なめし牛乳 ぶたにくとだいこんのスープ さつまいものかきあげ(こめこ)		パン牛乳 コーンスープ ドライカレー			ごはん牛乳 にくじゃが きりぼしだいこんのしおこうじのため			一つきみこんだてー ごはん牛乳 とうふじる さといものうまに つきみだんご			ごはん牛乳 ジャージャンめん ごぼうのかきあげ(こめこ)			ごはん牛乳 わかめスープ さばのかわりみそに きゅうりのしょうゆづけ		
	☐ ごはん △ だいこんば		☐ パン			☐ ごはん		☐ ごはん		☐ ごはん		☐ ごはん		☐ ごはん			
こんだてざいりょう	☐ 牛乳		☐ 牛乳			☐ 牛乳		☐ 牛乳		☐ 牛乳		☐ 牛乳		☐ 牛乳			
	☐ ぶたにく △ にんじん ○ とうふ △ だいこん △ はねぎ △ しょうが チキンスープ うすくちしょうゆ しお こしょう		☐ ベーコン △ にんじん △ たまねぎ □ じゃがいも △ とうもろこし △ コーンペースト △ パセリ □ サラダあぶら しお こしょう ポークスープ コーンスターチ		☐ ぎゅうにく □ じゃがいも △ たまねぎ △ にんじん △ グリンピース △ こんにゃく しお △ しょうが □ サラダあぶら せいしゅ □ さとう うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ		☐ とうふ ○ あぶらあげ ○ わかめ △ しいたけ △ にんじん △ はねぎ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ けずりぶし(だし)		☐ けいにく △ しょうが □ さといも △ にんじん △ さやいんげん △ こんにゃく しお □ サラダあぶら うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ さとう みりん		☐ ぎゅうにく △ にんにく ○ あかみそ △ ねぶかかねぎ □ さとう みりん □ ごま □ ごまあぶら □ ちゅうかそば △ にんじん △ もやし △ しななく △ はねぎ うすくちしょうゆ チキンスープ しお こしょう		☐ だいず △ ごぼう △ にんじん △ さやいんげん しお □ てんぷらこ(こめこ) □ あぶら				
	☐ さつまいも ○ ちりめんじゃこ しお □ てんぷらこ(こめこ) □ あぶら		☐ ぎゅうにく ○ とりレバー △ たまねぎ △ セロリ △ にんじん ○ だいず △ しょうが □ サラダあぶら トマトケチャップ ウスターソース カレーこ ワインふうちょうみりょう にんにく しお こしょう ポークスープ		△ きりぼしだいこん △ にんじん ○ ひじき ○ あぶらあげ △ しょうが △ さやいんげん □ サラダあぶら こいくちしょうゆ しおこうじ □ さとう		☐ つきみだんご		☐ さば △ ねぶかかねぎ △ トウバンジャン △ にんにく △ しょうが □ ごまあぶら □ さとう ○ あかみそ △ こいくちしょうゆ せいしゅ		△ きゅうり しお △ しょうが こいくちしょうゆ □ さとう みりん こめず						
	10月9日(木)			10月10日(金)			10月14日(火)			10月15日(水)			10月16日(木)			10月17日(金)	
こんだて	パン牛乳 たまごスープ ジャーマンポテト みかん		ハヤシライス(こめこ) 牛乳 キャベツとツナのソテー			アップルパン牛乳 ポークビーンズ かぼちゃコロッケ			ごはん牛乳 こんさいのごまじる わふうハンバーグ			パン牛乳 ソースパゲティ ごぼうのソテー			-しよくいくのひー ごはん牛乳 ひめじおでん ひねどりのゆずソテー		
	☐ パン ○ 牛乳		☐ ごはん ○ ぎゅうにく あかワイン △ たまねぎ △ にんじん △ しめじ △ グリンピース □ サラダあぶら △ トマトピューレ トマトケチャップ ウスターソース □ さとう ポークスープ こいくちしょうゆ みりん こめこ しお こしょう		☐ パン △ ドライアップル		☐ ごはん △ だいこん △ にんじん □ さといも しお △ ごぼう ○ あぶらあげ △ はねぎ □ ごま ○ みそ みりん にほし(だし)		☐ パン ○ 牛乳		☐ スパゲティ ○ ぶたにく ○ ちくわ △ もやし △ たまねぎ △ にんじん △ はねぎ □ サラダあぶら ウスターソース トンカツソース ○ あおさこ しお こしょう		☐ ごはん △ こんにゃく しお ○ うずらたまご ○ さつまあげ □ じゃがいも △ だいこん △ れんこん ○ がんもどき うすくちしょうゆ けずりぶし(だし) みりん △ しょうが こいくちしょうゆ だしじる		☐ ひねどり △ キャベツ △ にんじん △ とうもろこし □ サラダあぶら しお こしょう こめず □ さとう うすくちしょうゆ ゆずかじゅう		
こんだてざいりょう	☐ じゃがいも △ たまねぎ ○ ベーコン △ パセリ □ サラダあぶら しお こしょう		☐ じゃがいも △ たまねぎ ○ パーコン △ パセリ □ サラダあぶら しお こしょう		☐ トマトピューレ トマトケチャップ ウスターソース □ さとう ポークスープ □ サラダあぶら しお こしょう		☐ ハンバーグ(ごむぎぬき) △ たまねぎ △ しめじ □ サラダあぶら こいくちしょうゆ		☐ みかん		☐ ごぼう △ こんこん ○ キャベツ △ ポークハム □ ごま うすくちしょうゆ □ サラダドレッシング □ サラダあぶら		☐ さとう うすくちしょうゆ ゆずかじゅう				

学校給食献立表(東ブロック)

令和7年度10月分(10/1～10/31)

姫路市教育委員会

10月20日(月)				10月21日(火)				10月22日(水)				10月23日(木)				10月24日(金)				10月27日(月)			
ごはん 牛乳 ちゅうかスープ さつまいもスティック				パン 牛乳 トマじゃが チキンのいためサラダ くろまめきなこクリーム				ごはん 牛乳 ワンタンスープ(こめこ) マーボーどうふ				ごはん 牛乳 はっぼうさい たらからのあげ				あきのカレーライス(こめこざっくごはん) 牛乳 キャベツのあますしいため				ごはん 牛乳 みそしる にんじん だいこん ごぼう			
こんだてざいりょう	☐ ごはん	☐ パン	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	
	☐ けいにく	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	
	☐ だいず	☐ ぶたにく	☐ ベーコン	☐ ぶたにく	☐ ベーコン	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	
	☐ サラダあぶら	☐ にんにく	☐ もやし	☐ にんにく	☐ もやし	☐ えび	☐ えび	☐ えび	☐ えび	☐ えび	☐ えび	☐ えび	☐ えび	☐ えび	☐ えび	☐ えび	☐ えび	☐ えび	☐ えび	☐ えび	☐ えび	☐ えび	
	☐ にんにく	☐ にんにく	☐ たまねぎ	☐ にんにく	☐ たまねぎ	☐ はくさい	☐ はくさい	☐ はくさい	☐ はくさい	☐ はくさい	☐ はくさい	☐ はくさい	☐ はくさい	☐ はくさい	☐ はくさい	☐ はくさい	☐ はくさい	☐ はくさい	☐ はくさい	☐ はくさい	☐ はくさい	☐ はくさい	
	☐ たまねぎ	☐ にんじん	☐ たまねぎ	☐ にんじん	☐ たまねぎ	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	
	☐ あかピーマン	☐ たまねぎ	☐ にんじん	☐ たまねぎ	☐ にんじん	☐ じゃがいも	☐ じゃがいも	☐ じゃがいも	☐ じゃがいも	☐ じゃがいも	☐ じゃがいも	☐ じゃがいも	☐ じゃがいも	☐ じゃがいも	☐ じゃがいも	☐ じゃがいも	☐ じゃがいも	☐ じゃがいも	☐ じゃがいも	☐ じゃがいも	☐ じゃがいも	☐ じゃがいも	
	☐ ピーマン	☐ じゃがいも	☐ チンゲンサイ	☐ じゃがいも	☐ チンゲンサイ	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	
	☐ しお	☐ トマト	☐ ワンタン(こめこ)	☐ トマト	☐ ワンタン(こめこ)	☐ しお	☐ しお	☐ しお	☐ しお	☐ しお	☐ しお	☐ しお	☐ しお	☐ しお	☐ しお	☐ しお	☐ しお	☐ しお	☐ しお	☐ しお	☐ しお	☐ しお	☐ しお
	☐ こしょう	☐ サラダあぶら	☐ うすくちしょうゆ	☐ サラダあぶら	☐ うすくちしょうゆ	☐ たけのこ	☐ たけのこ	☐ たけのこ	☐ たけのこ	☐ たけのこ	☐ たけのこ	☐ たけのこ	☐ たけのこ	☐ たけのこ	☐ たけのこ	☐ たけのこ	☐ たけのこ	☐ たけのこ	☐ たけのこ	☐ たけのこ	☐ たけのこ	☐ たけのこ	☐ たけのこ
☐ ポークスープ	☐ さとう	☐ ポークスープ	☐ さとう	☐ ポークスープ	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	
☐ ナンブラー	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	☐ セロリ	☐ セロリ	☐ セロリ	☐ セロリ	☐ セロリ	☐ セロリ	☐ セロリ	☐ セロリ	☐ セロリ	☐ セロリ	☐ セロリ	☐ セロリ	☐ セロリ	☐ セロリ	☐ セロリ	☐ セロリ	☐ セロリ	☐ セロリ	
☐ オイスターソース	☐ せいしゅ	☐ せいしゅ	☐ せいしゅ	☐ せいしゅ	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	
☐ さとう	☐ ポークスープ	☐ ポークスープ	☐ ポークスープ	☐ ポークスープ	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	
☐ バジルペースト	☐ バジルペースト	☐ バジルペースト	☐ バジルペースト	☐ バジルペースト	☐ トマトケチャップ	☐ トマトケチャップ	☐ トマトケチャップ	☐ トマトケチャップ	☐ トマトケチャップ	☐ トマトケチャップ	☐ トマトケチャップ	☐ トマトケチャップ	☐ トマトケチャップ	☐ トマトケチャップ	☐ トマトケチャップ	☐ トマトケチャップ	☐ トマトケチャップ	☐ トマトケチャップ	☐ トマトケチャップ	☐ トマトケチャップ	☐ トマトケチャップ	☐ トマトケチャップ	
☐ でんぶん	☐ キャベツ	☐ キャベツ	☐ キャベツ	☐ キャベツ	☐ ウスターソース	☐ ウスターソース	☐ ウスターソース	☐ ウスターソース	☐ ウスターソース	☐ ウスターソース	☐ ウスターソース	☐ ウスターソース	☐ ウスターソース	☐ ウスターソース	☐ ウスターソース	☐ ウスターソース	☐ ウスターソース	☐ ウスターソース	☐ ウスターソース	☐ ウスターソース	☐ ウスターソース	☐ ウスターソース	
☐ 牛乳	☐ けいにくのあぶらづけ	☐ けいにくのあぶらづけ	☐ けいにくのあぶらづけ	☐ けいにくのあぶらづけ	☐ ガラムマサラ	☐ ガラムマサラ	☐ ガラムマサラ	☐ ガラムマサラ	☐ ガラムマサラ	☐ ガラムマサラ	☐ ガラムマサラ	☐ ガラムマサラ	☐ ガラムマサラ	☐ ガラムマサラ	☐ ガラムマサラ	☐ ガラムマサラ	☐ ガラムマサラ	☐ ガラムマサラ	☐ ガラムマサラ	☐ ガラムマサラ	☐ ガラムマサラ	☐ ガラムマサラ	
☐ ぶたにく	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ パプリカ	☐ パプリカ	☐ パプリカ	☐ パプリカ	☐ パプリカ	☐ パプリカ	☐ パプリカ	☐ パプリカ	☐ パプリカ	☐ パプリカ	☐ パプリカ	☐ パプリカ	☐ パプリカ	☐ パプリカ	☐ パプリカ	☐ パプリカ	☐ パプリカ	☐ パプリカ	
☐ とうふ	☐ サラダドレッシング	☐ サラダドレッシング	☐ サラダドレッシング	☐ サラダドレッシング	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	
☐ にんじん	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	☐ みりん	☐ みりん	☐ みりん	☐ みりん	☐ みりん	☐ みりん	☐ みりん	☐ みりん	☐ みりん	☐ みりん	☐ みりん	☐ みりん	☐ みりん	☐ みりん	☐ みりん	☐ みりん	☐ みりん	☐ みりん	
☐ たまねぎ	☐ しお	☐ しお	☐ しお	☐ しお	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	
☐ チンゲンサイ	☐ こしょう	☐ こしょう	☐ こしょう	☐ こしょう	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	
☐ しょうが	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ チキンスープ	☐ チキンスープ	☐ チキンスープ	☐ チキンスープ	☐ チキンスープ	☐ チキンスープ	☐ チキンスープ	☐ チキンスープ	☐ チキンスープ	☐ チキンスープ	☐ チキンスープ	☐ チキンスープ	☐ チキンスープ	☐ チキンスープ	☐ チキンスープ	☐ チキンスープ	☐ チキンスープ	☐ チキンスープ	
☐ うすくちしょうゆ	☐ くらまめきなこクリーム	☐ くらまめきなこクリーム	☐ くらまめきなこクリーム	☐ くらまめきなこクリーム	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	☐ うすくちしょうゆ	
☐ こしょう	☐ でんぶん	☐ でんぶん	☐ でんぶん	☐ でんぶん	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	☐ しょうが	
☐ さつまいもスティック																							

10月28日(火)				10月29日(水)				10月30日(木)				10月31日(金)				10月平均 栄養量 (小学校4年生)						
パン・キンパン 牛乳 しあわせのいのすーぷ あきさけのムニエルぶう(こめこ)				どん・どろけめし 牛乳 ざわにわん ひじきのあぶらいため				ごはん 牛乳 とうにゅうじる かんびょうのたまごとし				ごはん 牛乳 あんかけうどん けいにくのなんばんづけ										
こんだてざいりょう	☐ パン	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん	☐ ごはん
	☐ かぼちゃ	☐ とうふ	☐ とうふ	☐ とうふ	☐ とうふ	☐ とうふ	☐ とうふ	☐ とうふ	☐ とうふ	☐ とうふ	☐ とうふ	☐ とうふ	☐ とうふ	☐ とうふ	☐ とうふ	☐ とうふ	☐ とうふ	☐ とうふ	☐ とうふ	☐ とうふ	☐ とうふ	
	☐ 牛乳	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	☐ にんじん	
	☐ つくね	☐ こんぶ	☐ こんぶ	☐ こんぶ	☐ こんぶ	☐ こんぶ	☐ こんぶ	☐ こんぶ	☐ こんぶ	☐ こんぶ	☐ こんぶ	☐ こんぶ	☐ こんぶ	☐ こんぶ	☐ こんぶ	☐ こんぶ	☐ こんぶ	☐ こんぶ	☐ こんぶ	☐ こんぶ	☐ こんぶ	
	☐ たまねぎ	☐ こなかつお	☐ こなかつお	☐ こなかつお	☐ こなかつお	☐ こなかつお	☐ こなかつお	☐ こなかつお	☐ こなかつお	☐ こなかつお	☐ こなかつお	☐ こなかつお	☐ こなかつお	☐ こなかつお	☐ こなかつお	☐ こなかつお	☐ こなかつお	☐ こなかつお	☐ こなかつお	☐ こなかつお	☐ こなかつお	
	☐ にんじん	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ	☐ こいくちしょうゆ
	☐ じゃがいも	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	☐ さとう	
	☐ キャベツ	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	☐ サラダあぶら	
	☐ にんにく	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	☐ 牛乳	
	☐ オリーブオイル	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく	☐ ぶたにく									