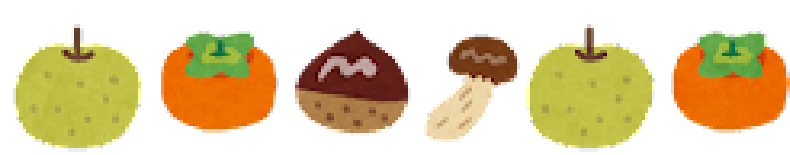




令和8年度 10月献立表



玉村町学校給食センター

日	曜日	献立名	主 な 材 料 と 食 品 分 類						その他の材料	<アレルギー特定原材料> 表示義務(9品目) 推奨表示(20品目)		栄養価 エネルギー (kcal)	
			ち・にく・ほねになるもの (あか)		からだのちょうしをととのえるもの (みどり)		ちからやねつのもとになるもの (きいろ)						
			1 群 たんぱく質	2 群 無機質	3 群 カロテン	4 群 ビタミンC	5 群 炭水化物	6 群 しほう					
1	木	うどん					うどん			小麦	小	609	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	791		
		ちくわの磯辺揚げ	ちくわ	あおのり			こむぎこ あげだま	なたね油	小麦	幼	502		
		もやしとわかめのおかかあえ	かつおぶし	わかめ		もやし きゅうり	さとう	しょうゆ	小麦 大豆				
		きのこあんかけうどん汁	ぶたにく あぶらあげ	にぼしこ		しいたけ しめじ なめこ だいこん ねぎ	かたくりこ	なたね油 しょうゆ	酒 みりん さば厚削り節 しょうゆ	豚 大豆 えび かに さば 小麦			
2	金	ごはん	和食給食				ごはん				小	655	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	774		
		さばのみそだれかけ	さば みそ			しょうが	さとう こくとう	酒 みりん しょうゆ	さば 大豆 小麦	幼	512		
		五目豆	だいず さつまあげ	ひじき	にんじん	こんにゃく	さとう	なたね油	酒 しょうゆ	大豆 小麦			
		かきたまじる	たまご かつおふんまつ		こまつな にんじん	たまねぎ ほししいたけ	かたくりこ	さば厚削り節 しょうゆ 酒 みりん	卵 さば 小麦 大豆				
5	月	麦ごはん	南小リクエスト カレー				むぎごはん				小	646	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	853		
		海藻サラダ		かいそう		だいこん きゅうり コーン	さとう	ごま油	酢 しょうゆ	ごま 小麦 大豆	幼	487	
		ポークカレー		ぶたにく とうにゅう	にんじん トマト	たまねぎ にんにく しょうが	じゃがいも こめこ	なたね油	カレールウ ケチャップ ソース 塩こうじ	豚 大豆 小麦			
		りんご				りんご			塩	りんご			
6	火	背割りコッペパン					せわりコッペパン			小麦 乳 大豆	小	639	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	823		
		白身魚フリッター	スケトウダラ	あおのり			こむぎこ かたくりこ こめこ	なたね油 大豆油	塩	小麦 大豆	幼	494	
		焼きそば	ぶたにく だいず		にんじん	キャベツ もやし	ちゅうかめん あげだま	なたね油	オイスターソース ソース やしそばソース	豚 小麦 大豆			
		春雨スープ	とりにく		にんじん にら	しょうが たまねぎ もやし ほししいたけ	はるさめ	しょうゆ 鶏がらだし こしょう	鶏 小麦 大豆				
		ヨーグルト		ヨーグルト					乳 ゼラチン				
7	水	ごはん					ごはん				小	651	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	801		
		キムタクごはんの具	ぶたにく			ねぎ しょうが たまねぎ はくさいキムチ つぼづけ	さとう	ごま油 なたね油	しょうゆ 酒	豚 小麦 大豆 ごま	幼	485	
		うどんぎょうざ	ぶたにく		にら	にんにく しょうが	うどん かたくりこ	ごま油	しょうゆ 塩 酒 鶏がらだし	豚 小麦 鶏 ごま			
		ワンタンスープ	とりにく たまご		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ もやし	ワンタン さとう	なたね油 大豆油	鶏がらだし しょうゆ こしょう 酢 塩	鶏 小麦 大豆 卵			
8	木	ツイストロールパン					ツイストロールパン			乳 小麦 大豆	小	636	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	817		
		豆乳入り玉子焼き	たまご とうにゅう				さとう	バター	みりん 酒 塩	卵 大豆 乳	幼	491	
		マカロニサラダ			にんじん	コーン キャベツ	マカロニ さとう	マヨネーズタイプ	塩 こしょう	小麦			
		食肉学校ベーコンのポトフ	食肉学校ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ だいこん	じゃがいも		コンソメ 塩 こしょう	豚			
9	金	ごはん	行事食				ごはん				小	665	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	829		
		かぼちゃひき肉フライ	ぶたにく		かぼちゃ	たまねぎ	さとう パンこ	なたね油	しょうゆ ソース	豚 小麦 大豆 りんご	幼	471	
		黄金煮	ぶたにく あつあげ		にんじん	たまねぎ こんにゃく ほししいたけ	じゃがいも かたくりこ さとう	なたね油	酒 しょうゆ ケチャップ みりん	豚 大豆 小麦			
		ランドルト環みそ汁	とうふ ちくわ みそ かつおふんまつ		にんじん こまつな	だいこん しめじ にんにく			トウバンジャン 煮干し	大豆 えび かに 小麦			
13	火	五目おこわ					アルファかもちこめ さとう	なたね油	しょうゆ 酒	大豆 小麦 鶏	小	650	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	786		
		ごまツナサラダ	群馬の郷土料理 地粉うどん		こまつな	キャベツ	さとう	マヨネーズタイプ ごま	酢 しょうゆ	ごま 大豆 小麦	幼	534	
		地粉うどん					しごなうどん			小麦			
		うどん汁	ぶたにく	こんぶふんまつ	チンゲンサイ	だいこん ほししいたけ たまねぎ ねぎ		なたね油	酒 みりん だしパック しょうゆ	豚 小麦 大豆 えび かに			
14	水	ごはん					ごはん				小	622	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	772		
		海鮮しゅうまい	ぶたにく ぎょにくすりみ いか えび かに たまご だいず			たまねぎ キャベツ	こむぎこ パンこ さとう	なたね油	塩 オイスターソース	小麦 豚 大豆 いか 卵 えび かに 鶏	幼	470	
		八宝菜	ぶたにく なるど うずらたまご		にんじん チンゲンサイ	キャベツ もやし にんにく しょうが ほししいたけ	かたくりこ	なたね油 ごま油	鶏がらだし オイスターソース 酒 塩 こしょう	豚 卵 鶏 ごま 小麦 大豆			
		花みかん				みかん							
15	木	丸パン横切り	世界の料理 アメリカ				まるパン			小麦 大豆 乳	小	602	
		スライスチーズ		チーズ					乳	中	765		
		ジョア(マスカット)		ジョア					乳	幼	468		
		ハンバーグバーベキューソース	とりにく ぶたにく だいず			たまねぎ にんにく	さとう こくとう かたくりこ	なたね油	りんごビュレ しょうゆ ケチャップ みりん ソース	鶏 豚 大豆 小麦 りんご			
		マッシュポテト			スキムミルク		じゃがいも さとう	バター	塩 こしょう	乳			
		チキンベジタブルスープ	とりにく		にんじん	キャベツ たまねぎ セロリ にんにく	じゃがいも	なたね油	コンソメ 塩 こしょう 塩こうじ	鶏			
16	金	ごはん					ごはん				小	612	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	743		
		鶏そぼろ	とりにく だいず			しょうが	さとう	なたね油	酒 みりん しょうゆ	鶏 大豆 小麦	幼	443	
		卵と野菜の千草あえ	たまご		にんじん	もやし キャベツ	さとう	ごま 大豆油	しょうゆ 酢 塩	卵 ごま 小麦 大豆			
		田舎汁	あつあげ みそ	こんぶふんまつ	にんじん こまつな	だいこん ねぎ もやし	じゃがいも		煮干し	大豆 えび かに			



令和8年度 10月献立表

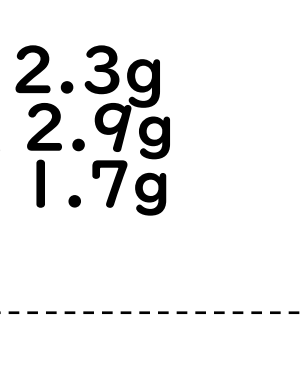
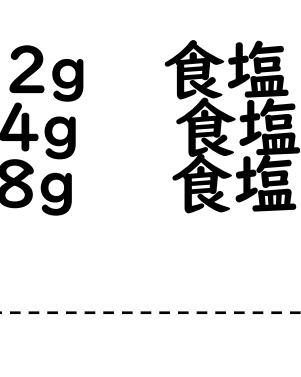
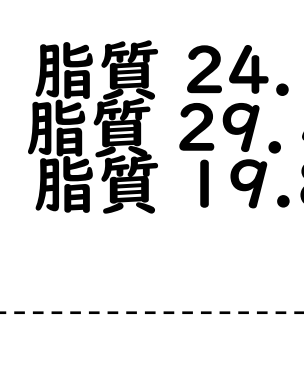
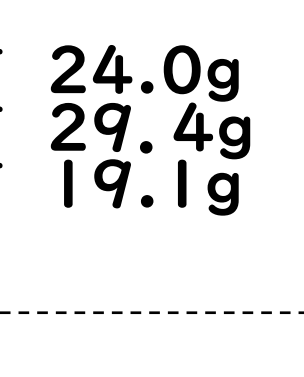
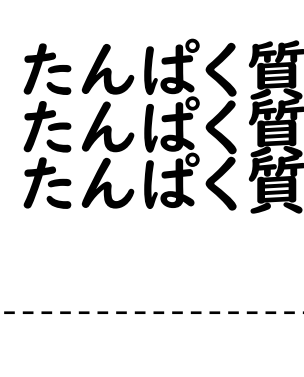
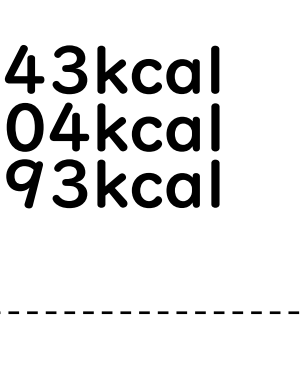
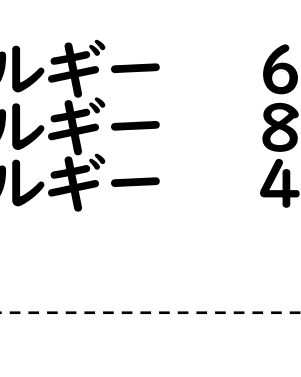
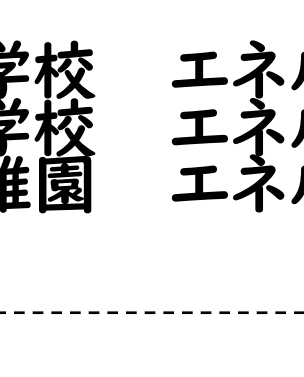
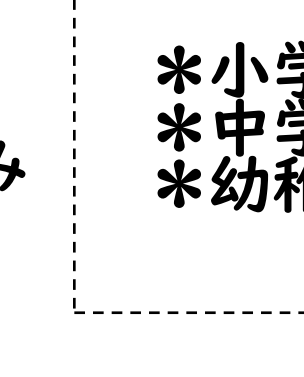
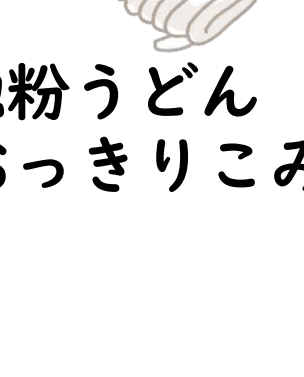


玉村町学校給食センター

日	曜日	献立名	主 な 材 料 と 食 品 分 類						その他の材料	<アレルギー特定原材料>		栄養価	
			ち・にく・ほねになるもの（あか）		からだのちようしをととのえるもの（みどり）		ちからやねつのもとになるもの（きいろ）			表示義務（9品目） 推奨表示（20品目）		エネルギー （kcal）	
			1 群 たんぱく質	2 群 無機質	3 群 カロテン	4 群 ビタミンC	5 群 炭水化物	6 群 しぼう					
19	月	ごはん					ごはん					小	620
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	739		
		鶏レバーとさつまいものごまみそがらめ	とりレバー			にんにく しょうが	さつまいも みずあめ さとう こくとう かたくりこ	なたね油 ごま	しょうゆ 酒 みりん 塩 こしょう	鶏 ごま 小麦 大豆	幼	450	
		切り干しときゅうりの海苔酢あえ		のり	にんじん	きりぼしだいこん きゅうり もやし	さとう	ごま油	しょうゆ 酢	小麦 大豆 ごま			
		けんちん汁	とうふ	こんぶふんまつ	にんじん	だいこん ごぼう こんにゃく ねぎ	さといも	なたね油	だしパック しょうゆ	大豆 えび かに 小麦			
20	火	ツイストロールパン					ツイストロールパン			小麦 大豆 乳	小	631	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	839		
		チキンナゲット	とりにく だいず たまご	スキムミルク			こむぎこ かたくりこ	大豆油	しょうゆ 塩	鶏 小麦 大豆 卵 乳	幼	465	
		田舎風スパゲッティ	ベーコン		にんじん こまつな	たまねぎ キャベツ エリンギ コーン にんにく	スパゲッティ	なたね油	ワイン コンソメ 塩 こしょう しょうゆ	豚 乳 大豆 小麦			
		かぼちゃのスープ		スキムミルク	かぼちゃ	セロリ たまねぎ	こめこ	なたね油	ホワイトルウ こしょう ワイン 塩こうじ 塩	乳 小麦 豚			
21	水	ごはん	群馬の伝統料理 おっきりこみ				ごはん				小	661	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	823		
		焼きししゃも青のり風味		ししゃも あおのり					塩	魚卵	幼	511	
		ひじきと豆腐の炒り煮	とりにく あぶらあげ とうふ かつおふんまつ	ひじき こんぶふんまつ	にんじん	えだまめ	さとう	なたね油	しょうゆ 酒 みりん	鶏 大豆 小麦			
		おっきりこみ	ぶたにく あぶらあげ かつおふんまつ みそ	こんぶふんまつ	にんじん こまつな	たまねぎ だいこん ほししいたけ	おっきりこみ	なたね油	しょうゆ みりん	豚 大豆 小麦			
22	木	こめっこパン	学校給食ぐんまの日 麦ストロー				こめっこパン			乳 小麦 大豆	小	714	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	892		
		ミルメークコーヒー（麦ストロー）					ミルメークコーヒー				幼	520	
		スパニッシュオムレツ	たまご ウインナー	チーズ			じゃがいも さとう	マヨネーズタイプ	塩 こしょう	卵 豚 大豆 乳			
		上州こんにゃくサラダ				コーン こんにゃく キャベツ きゅうり	さとう	ごま ごま油	酢 しょうゆ	ごま 大豆 小麦			
23	金	豆まめシチュー	マローファットピース ガルパンゾー レッドキドニー	スキムミルク	にんじん パセリ	たまねぎ コーン	じゃがいも こめこ	なたね油	シチュールウ ホワイトルウ こしょう 塩 コンソメ	小麦 乳 大豆 鶏 豚			
		ごま塩ごはん	十三夜				ごはん	ごま	塩	ごま	小	662	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	817		
		焼き栗コロッケ					じゃがいも さつまいも パンこ こむぎこ さとう	なたね油 くり	塩	小麦	幼	539	
		上州きんぴら	ぶたにく だいず		にんじん ピーマン	ごぼう こんにゃく	さとう	ごま なたね油	みりん しょうゆ	豚 大豆 ごま 小麦			
26	月	十三夜汁	たまご かまぼこ かつおふんまつ			たまねぎ ほししいたけ	こめ かたくりこ		さば厚削り節 しょうゆ 酒 みりん	卵 さば 小麦 大豆			
		小麦ごはん	学校給食ぐんまの日 群馬の納豆				むぎごはん				小	623	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	792		
		肉じゃが	ぶたにく		にんじん	たまねぎ しらたき	じゃがいも さとう	なたね油	和風だし しょうゆ 酒 みりん	豚 小麦 大豆	幼	483	
		群馬のなっとう	なっとう						なっとうのタレ	小麦 大豆			
27	火	高野豆腐のみそ汁	こうやとうふ あぶらあげ みそ	こんぶふんまつ	こまつな	だいこん たまねぎ			だしパック	大豆 えび かに			
		ゆめロール					ゆめロール			乳 小麦 大豆	小	661	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	842		
		鮭フライ	サケ				こむぎこ パンこ	なたね油	ソース	サケ 小麦 大豆	幼	505	
		チーズポテト		チーズ			じゃがいも			乳			
29	木	豆乳クリームスープ	ぶたにく とりにく だいず とうにゅう		チンゲンサイ	セロリ たまねぎ しめじ	こめこ パンこ かたくりこ さとう	なたね油	ホワイトルウ こしょう ワイン コンソメ ガーリックパウダー 塩こうじ 塩	大豆 小麦 豚 鶏			
		背割りコッペパン					せわりコッペパン			乳 小麦 大豆	小	646	
		チョコ大豆クリーム							チョコだいずクリーム	乳 大豆	中	830	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	幼	488		
		マカロニのクリーム煮	とりにく とうにゅう		パセリ	たまねぎ コーン しめじ	マカロニ こめこ	なたね油	ホワイトルウ 塩こうじ こしょう 塩	鶏 大豆 小麦 豚			
30	金	ポテト野菜サラダ				コーン キャベツ きゅうり	じゃがいも さとう	マヨネーズタイプ	酢 塩 こしょう				
		ミネストローネスープ	ベーコン だいず		にんじん トマト パセリ	キャベツ だいこん たまねぎ にんにく		なたね油	ケチャップ トマトビュレ コンソメ 塩 こしょう	豚 乳 大豆			
		ふりかけごはん	南小リクエスト から揚げ				ごはん		ふりかけ	ごま	小	664	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	749		
		鶏のから揚げ	とりにく			しょうが にんにく	かたくりこ こむぎこ	なたね油	酒 しょうゆ	鶏 小麦 大豆	幼	544	
		野菜とたくあんの甘酢あえ				きゅうり キャベツ もやし たくあんづけ	さとう	ごま ごま油	酢	ごま 小麦 大豆			
		キャベツと麩のみそ汁	みそ	こんぶふんまつ	にんじん こまつな	だいこん たまねぎ ねぎ	ふ		煮干し	えび かに こむぎ			

*都合により、献立及び食材料の変更をすることがあります。ご了承下さい。
*給食の献立には、地場産(佐波伊勢崎産・群馬県産)の食材を取り入れています。*太字は、玉村産・伊勢崎産です。

10月の地場産の食材(★は玉村産)



【栄養価(月平均)】

*小学校 エネルギー 643kcal たんぱく質 24.0g 脂質 24.2g 食塩 2.3g
*中学校 エネルギー 804kcal たんぱく質 29.4g 脂質 29.4g 食塩 2.9g
*幼稚園 エネルギー 493kcal たんぱく質 19.1g 脂質 19.8g 食塩 1.7g

【アレルギー表示について】

- ※ 食物アレルギー等に対応が必要な場合は、毎日献立表を確認してください。
- ※ 献立表のアレルギー表示については、特定原材料の29品目を表示しています。
特定原材料表示義務9品目(卵、乳、小麦、えび、かに、落花生、そば、くるみ、カシューナッツ)
特定原材料推奨表示20品目(あわび、いか、いくら、オレング、キウイフルーツ、牛肉、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、マカダミアナッツ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、ごま、アーモンド、ピスタチオ)(同一工場内、または同一ラインでアレルゲンを含む商品を作っている場合についての表示はしていません。)
- ※ 給食用の麺類・すいとんは工場内でそばの製造をしています。(製造ラインは別)
- ※ 小魚・海藻類は、エビ・カニなどの魚介類が混ざっている可能性があります。
- ※ そば・ピーナッツ・種実(ごまを除く)・木の実類・キウイフルーツは、アレルギーの新規発症の原因になりやすい食べ物のため、原則として使用を控えています。
- ※ 食物アレルギー等で材料の使用量等詳しい内容を確認したい方は、玉村町学校給食センターまでご連絡ください。(TEL:65-6706)
＜「食物アレルギー対応マニュアル」群馬県教育委員会(令和5年度より)＞