## 令和7年度10月分 学校給食献立表

こんだてもくひょう あき しゅん しょくざい た 献立目標・・・秋が旬の食材を食べよう



豊山町給食センター

$\Box$	曜	献立名			おもな材料とその働き				
ə١			【赤】おもに体をつくるもとになるもの		【緑】おもに体の調子を整えるもとになるもの		【黄】おもにエネルギーのもと		その他
_			1群	2群	3群	4群	5群	6群	-
$\dashv$	$\rightarrow$	プけん・生乳	魚·肉·卵·大豆·大豆製品	午乳・乳製品・小魚・海藻    牛乳	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実	
1	水	ごはん・牛乳 八宝菜 ショーロンボー (小2個 中3個) もやじの中華あえ	豚肉 いか	T.7u	にんじん チンゲンサイ	しょうが たけのこ はくさい 玉ねぎ きくらげ 玉ねぎ、キャベツ、しょうが もやし、きゅうり	ではん 砂糖 でんぷん 春雨 でんぷん 砂糖 小麦粉 砂糖	ごま油 油 油 ごま油	
١.	<i>"</i> `[	ショーロンポー (小2個 中3個)	豚肉 いか 豚肉 ちくわ		にんじん	玉ねぎ キャベツ しょうが	春雨 でんぷん 砂糖 小麦粉	油	-
$\dashv$	- 1	/ 「ばん・午到		牛乳			<u>受信</u> ごはん 砂糖 さといも かくふ 砂糖 でんぷん 砂糖	とる油	1
2	$\star$	さけだんごの白みそ汁	さけ たら 豆腐 みそ 鶏肉		にんじん にんじん さやいんげん ほうれんそう	玉ねぎ だいこん はくさい ねぎ たけのこ 干ししいたけ しょうが キャベツ とうもろこし えのきたけ	砂糖	[連	
-		治部煮 野菜のなめたけあえ	<u> </u>	オキアミ	にんじん さやいんけん	たけのこ 十ししいたけ しょうが  エゎベツ とうもスラー ラのきたけ	さといも かくふ 砂糖 でんぷん   砂糖		-
$\dashv$	$\neg$	ごはん・牛乳		牛乳		l .	ではん じゃがいも 砂糖 砂糖 でんぷん		1
3	金	ではん・牛乳 じゃがいものそぼろ煮 あじのレモン風味焼き 小松菜の磯香あえ	豚肉 あじ オイルツナ		にんじん	玉ねぎ 枝豆 レモン もやし	しいがいも 砂糖		
_	_	めしのレモン風味焼き   小松荳の機秀あえ	めし オイルツナ	 თე		レモン  もや ,	砂糖   でんふん  砂糖	<b>+</b>	-
$\dashv$		ごはん・生到		4.3			ではん さといも 砂糖 でんぷん 砂糖 小豆 砂糖 でんぷん		
	_[	十五夜汁	油揚げ 型抜きかまぼこ 鶏肉 豚肉 大豆 生揚げ 豚肉		にんじん みつば トマト さやいんげん	はくさい ごぼう 玉ねぎ にんにく しょうが とうもろこし こんにゃく粉	さといも		
6	거	つるさ形ハンハークの(りかけ)  ひじきと生場げの者物	鶏肉 - 豚肉 - 大豆 生揚げ - 豚肉	ひじき	トマト  さやいんげん	<u>本ねさ  にんにく しょつか</u>  とうもスこし	砂糖   ぐんふん      砂糖		-
		月見だんご			<u>C 1 0 // 01/2 / 0</u>	こんにゃく粉	米粉 小豆 砂糖 でんぷん	潘	
		白玉うどん・牛乳 五目うどんの汁 かき揚げ ゆかりあえ	海出17.1+15.1-574.1月176	牛乳			<u>木材 小豆 砂橋 でんぷん</u> 日玉うどん でんぷん さつまいも 小麦粉 でんぷん 砂糖		
7	火	ユ日つとんの汗   かき堪げ	鶏肉 かまぼこ 油揚げ		はつれんそつ にんしん にょいん	土ねさ   十ししいたけ   ねさ    エわぎ   ぶぼう	でんふん  さつまいも 小麦粉 でんぷん		-
	ŀ	ゆかりあえ			にんじん 赤しそ	玉ねぎ 干ししいたけ ねぎ 玉ねぎ ごぼう キャベツ きゅうり	0 2 3 6 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7		
	$\neg$	表ぐはん・午乳. I		牛乳		1	麦ごはん		
8	水	マーホー豆腐			にんじん にら	にんにく しょっか 玉ねき 十ししいたけ ねき  玉わぎ	砂糖  でんぶん   でんぷん  砂糖  小美粉	ごま油	-
			豆腐 豚肉 鶏レバー 大豆 みそ 豚肉 鶏肉 大豆 たら サラダチキン		にんじん ほうれんそう	にんにく しょうが 玉ねぎ 干ししいたけ ねぎ 玉ねぎ 切干だいこん	砂糖 麦さはん 砂糖 でんぷん でんぷん 砂糖 小麦粉 砂糖	でま油	1
$\neg$	$\neg$	ップ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	鶏肉	牛乳	にんじん パセリ にんじん ブロッコリー	玉ねぎ マッシュルーム にんにく グリンピース 玉ねぎ とうもろごし しめじ れんこん 玉ねぎ ごぼう キャベツ きゅうり	<b>米</b>	ごま油 オリーブ油 油	
9	木		鶏肉 ベーコン 豆乳 豚肉 鶏肉 大豆		ハセリ にんじん	本ねさとつもろこししめじ  わんこん玉わぎ_ ごげら	米 じゃがいも 米粉のホワイトルウ 砂糖 パシ粉 でんぷん 小麦粉	拙	
_ ]	_	の「グリーンサラダ			<u>ブロッコリー</u>	10/000/00 <u>4/100 00</u>    キャベツ きゅうり		猫  プレンチドレッシンク	5
$\neg$		ごはん・午乳.		牛乳		l .	ごはん 砂糖 砂糖 砂糖 砂糖		
ام	اہ	親子煮	鶏肉 かまぼこ たまご		みつば	玉ねぎ 干ししいたけ たけのこ	砂糖	<b>_</b>	卵除去食
וטי	並	こんじんとツナのあえもの	鶏肉 かまぼこ たまご さば オイルツナ		にんじん	もやし	砂糖	+	-
		ノルーベリーヤリー I			1-700/0	もやし ブルーベリー	砂糖		-
		, ではん.・年刻 - 1	<b>三佐・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・</b>	牛乳  わかめ	7-7-187	 	<u>で</u> 信 ごはん さといも 砂糖 でんぷん 砂糖		
14	火	なめこのみで汗 豚肉とキャベツの塩こうじ炒め	立版 めて 豚肉 ちくわ	עשינ <i>ו</i> כ <u>ז</u> ן	にんじん	なめこ だいこん ねぎ キャベツ たけのこ にんにく	ひといも   砂糖 でんぷん	油	-
		千草あえ	豆腐 みそ 豚肉 ちくわ 油揚げ		こまつな にんじん	もやし	<del>砂糖</del>		-
		麦ごはん・牛乳		牛乳	7-7-1-7		麦ごはん じゃがいも、米粉のカレールウ 砂糖 でんぷん	-54	
15	水	ルレーフ1人 さわらクリスピー(小2個 由3個)	豚肉 さわら 大豆		にんじん	<u>本ねさ   にんにく りんご</u>  とうもステし   たんにく	しやかいも  木材のカレールリ  砂糖  でんぷん	淵	-
		ビーンズサラダ	豚肉 さわら 大豆 大豆 チキンハム			玉ねぎ にんにく りんで とうもろこし にんにく キャベツ 枝豆 とうもろこし	C70/5/70	油 油 マヨネーズ風ドレッシンク	7
		ごはん・午乳.		牛乳	7=7-1%7	1	ごはん		
16	木	けんらん汗 信中者のみそかけ	立隊 一油物ワ フケトウダラ 豆庭 油塩げ みそ	ひじき	にんじん にんじん	たいこん_ごはつ_こんにやく_えのさたけ_ねさ_    ことうが		<u>ごま</u>      油	-
		じゃがいものごまあえ	オイルツナ		10/00/0	だいこん ごぼう こんにゃく えのきたけ ねぎ しょうが きゅうり 玉ねぎ	でんぷん 砂糖 じゃがいも 砂糖	ごま油 油 ごま	
		つじん・牛乳 ウンタンスープ 中華そぼろ 海藻サラダ		上半到.	-5-4-15-4-15-15-15-15-15-15-15-15-15-15-15-15-15-		ごはん ウンタン 砂糖 でんぷん 砂糖		
17	金	リンタンスーノ   山華之ぼる	ベーコン 豚肉・大豆・みそ		<u> ナンケンサイ にんじん</u> 	もやし しめじ 玉ねぎ しょうが にんにく ねぎ 干ししいたけ とうもろこし	ソンタン  砂糖   でんぷん	-	
		<u> </u>	、 豚肉 大豆 みそ かまぼこ	わかめ 昆布 すぎのり つのまた	にんじん	キャベツ きゅうり 寒天こんにゃく	砂糖	でま油 オリーブ油	
П	$\neg$	ブけん・生乳 し	<b>二年1774</b>	牛乳	7=-7-1%-7	 	ごはん		
20	月	八 <u>仲</u> /	豆腐 かまぼこ スケトウダラ みそ 花かつお		にんじん	だいこん はくさい ねぎ 干ししいたけ	孙籍	<b>+</b>	
		ほうれんぞうのおかかあえ	花かつお		ほうれんそう	もやし キャベツ とうもろこし	砂糖 砂糖		
		中華めん・牛乳	0.7. do	牛乳	7=-7-1%7		中華めん		
21	火	とんこつフーメンスーノ 弾肉のコロコロ焼き/小2個 山3個)	豚肉 なると <sup>弾肉</sup>		にんじん	キャベツ たけのこ ねさ しょっか にんにく  レニキステー	でんぷん パン粉 水あめ 砂糖	<u>ご</u> ま泄  油	-
]		中華めん・牛乳 とんこつラーメンスープ 鶏肉のコロコロ焼き(小2個 中3個) ひじきのごまあえ	<u> </u>	ひじき	こまつな	キャベツ たけのこ ねぎ しょうが にんにく とうもろこし きゅうり	でんぷん パン粉 水あめ 砂糖 砂糖	でま油 油 ごま	
	- 1	ごはん・生乳		牛乳			ごはん さといも 砂糖 パン粉 小麦粉		
22	水		豚肉 ちくわ 生揚げ	1,1,40#	にんじん	だいこん こんにゃく	ccいも   砂糖	十油	-[
		関東煮 子持ちししゃもフライ(小2個 中3個) 白菜の塩混れあえ		ししゃも 昆布	にんじん	はくさい もやし			1
T	7		 	上型 わかめ			ごはん さつまいも 砂糖 でんぷん 砂糖 でんぷん		
23	*	c ノまいものみて汗   万日厚焼き卵	豆腐 油揚げ みそ たまご オイルツナ	ひじき	ほうれんそう にんじん	ごぼう しめじ ねぎ しいたけ グリンピース 切主だいこん	c ノよいも   砂糖 _ でんぷん	<del> </del>	-
-~	"	<b>ヴチを切手矢根の炒め煮</b>	オイルツナ	<u> </u>	にんじん さやいんげん	<del>切</del>	砂糖	猫	1
		乾燥小魚【中学校のみ】		いわし			砂糖 でんぷん		1
	- 1	リカル * ハ フ・ <del>・ -</del> 3	ウイソナー	牛乳	にんじん パセリ	りんご  キャベツ 玉ねぎ	パン じゃがいも パン粉 でんぷん 砂糖	<b>†</b>	-[
24	金	ポトフ 肉団子のケチャップ煮 ごぼうと小松菜のサラダ	ウインナー 鶏肉 豚肉 大豆 チキンハム		にんじん	キャベツ 玉ねぎ 玉ねぎ マッシュルーム ごぼう とうもろこし	プン粉 でんぷん 砂糖	↓   油   ▼ヨネーズ風ドレッシング	
_		ごぼうと小松菜のサラダ	チキンハム		こまつな	ごぼう とうもろこし	<u>砂糖</u>	マヨネーズ風ドレッシング	<i>j</i>
	_	ごはん・牛乳 中華風にらたまスープ 揚げぎょうざ(小2個 中3個) バンバンジーサラダ	ベーコン たまご	<u>件乳</u>	   -   -  -  -   -  -  -  -  -  -  -  -	   まねぎ・・・	<u>砂糖</u> ごはん でんぷん パン粉 でんぷん 砂糖 小麦粉 砂糖	<b>├</b> ぶま油	卵除去菌
27	月	揚げぎょうざ (小2個 中3個)	  豚肉  サラダチキン	1	にら にんじん チンゲンサイ にら	玉ねぎ 干ししいたけ キャベツ 玉ねぎ にんにく きゅうり キャベツ とうもろこし	パン粉 でんぷん 砂糖 小麦粉	ごま油 油 ごま	20100.44
		バンバンジーサラダ	サラダチキン	4-5		きゅうり キャベツ とうもろこし	砂糖	ごま	1
_	_ }	ごはん・午乳	豚肉	十孔	にんじん さやいんげん	 玉ねぎ こんにゃく	ごばん じゃがいも 砂糖 砂糖 でんぷん 砂糖	<b></b>	-[
28	火	いわしのごまみそ煮	いわし みそ				<u>み糖´でんぷん</u> ゚゚	ごま	1
			花かつお 油揚げ	4-5	にんじん	だいこん きゅうり 梅	砂糖		1
	-	ごほん・午乳 いちのこ注	古庭 油提仔 · · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	牛乳 	にんじん	こんにゃく えのきたけ ねぎ	ごほん   さといも、でんぷん	<b>+</b>	-[
29	水	人低の他かりおめえ ごはん・牛乳 いものこ汁 鶏肉の西京焼き 五目きんびら ★ヨーグルト	豆腐 油揚げ 鶏肉 みそ 豚肉				ごばん さといも でんぷん 砂糖 砂糖	†	-1
-~	.,,	五目きんぴら	豚肉		にんじん ピーマン	れんこん ごぼう	砂糖	ごま油	1
_	[	★ヨーグルト		ヨーグルト		マスカット		-	-
اہ	}		豚肉 玉はんぺん ちくわ みそ	牛乳	にんじん	だいこん こんにゃく ごぼう わぎ	ごはん さといも 砂糖 でんぷん 砂糖	†	
30	不	愛知県産食材入り肉団子(小2個 中3個)	豚肉 玉はんぺん ちくわ みそ 鶏肉 豚肉 大豆 豆腐			だいこん こんにゃく ごぼう ねぎ 玉ねぎ れんこん しょうが	でんぷん 砂糖	[油	
		ブロッコリーのごまチーズあえ		ナース	ブロッコリー	キャベツ きゅうり		ごまドレッシング	乳除去的
۱,	اہ	小小型ロールパン・★アシドミルク学ミートソースペンネのかぼちゃコロッケ みコールスローサラダ	豚肉	アシドミルク	[- 4.154. ](4) 1 K = K	マッシュルーム 玉ねぎ にんにく	小型ロールパン ペンネー砂糖 砂糖 パン粉 小麦粉 でんぷん	<del>  オリーブ油・・・・・</del>	
- I I	金	怒(ふぼちゃコロッケ (************************************	豚肉 大豆 チキンハム	1	にんじん パセリ トマト かぼちゃ にんじん		砂糖 パジ粉 小麦粉 でんぷん	オリーブ油 油 フレンチドレッシング	1
ויי				1	7 1 1 7	キャベツ きゅうり	孙糖	************************************	e f

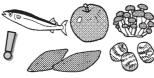
※献立表は、6つの基礎食品群に分類できる食品を記載しているため、微量な食品や調味料、だし等は記載していません。

※物資の都合により献立を変更することがあります。 ★…業者が直送します。





## あきしゅんしょくざいた



毎月19日は食育の日~おうちでごはんの日~

で 日ごとに 繋さが やわらぎ、 過ごしやすい 気候になってきました。 10月は 「読書の 萩」 「スポーツの 萩」、 そして 「食 欲の 萩」 といわれるように、 いろいろなことを楽しめる 季節です。

がは、さつまいもや単いも、きのこ、りんごや柿など、おいしい食材がたくさん収穫される時期です。 豊山町にある曲んぼでも、たわわに実った稲がこうべをたれ、稲刈りが始まります。また、萩に筍をむかえる魚、鮭やさば、さんまなどは、脂がのって一層おいしくなります。

☆10月分の給食費 引き落とし日は、 10月31日(金) です。

