

令和7年度10月分 学校給食献立表



豊山町給食センター

こんだてでもくひょう 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

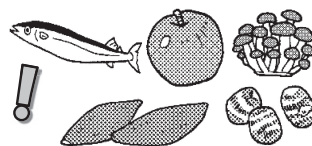
日 曜	献立名	おもな材料とその働き						その他	
		【赤】おもに体をつくるもとになるもの		【緑】おもに体の調子を整えるもとになるもの		【黄】おもにエネルギーのもとになるもの			
		1 群	2 群	3 群	4 群	5 群	6 群		
		魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実		
1	水	ごはん・牛乳 八宝菜 ショーロンボー(小2個・中3個) もやし中華あえ	豚肉 いが 豚肉 ちくわ	牛乳 にんじん	しょうが たけのこ はくさい 玉ねぎ きくらげ 玉ねぎ キャベツ しょうが もやし きゅうり	ごはん 砂糖 だんぷん 春雨 だんぷん 砂糖 小麦粉 砂糖 砂糖	ごま油 油 油 ごま油		
2	木	ごはん・牛乳 さげだんごの白みそ汁 治部煮 野菜のなめたけあえ	さげ たら 豆腐 みそ 鶏肉	牛乳 オキアミ	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	ごはん 砂糖 だんぷん さといも かくふ 砂糖 だんぷん 砂糖	油 油		
3	金	ごはん・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	牛乳 のり	にんじん ごまつな にんじん	玉ねぎ 枝豆 レモン もやし	ごはん じゃがいも 砂糖 砂糖 だんぷん 砂糖		
6	月	ごはん・牛乳 十五夜汁 うさぎ形ハンバーグのてりかけ ひじきと生揚げの煮物 月見だんご	油揚げ 型抜きかまぼこ 鶏肉 豚肉 大豆 生揚げ 豚肉	牛乳 ひじき	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	ごはん さといも 砂糖 だんぷん 砂糖 米粉 小豆 砂糖 だんぷん	油 油	
7	火	白玉うどん・牛乳 五目うどんの汁 かき揚げ ゆかりあえ	鶏肉 かまぼこ 油揚げ	牛乳	ほうれんそう にんじん にんじん 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	白玉うどん だんぷん さつまいも 小麦粉 だんぷん 砂糖	油	
8	水	麦ごはん・牛乳 マーボー豆腐 しゅうまい(小2個・中3個) 切干大根の甘酢あえ	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	牛乳	にんじん にら にんじん ほうれんそう 切干だいこん	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	麦ごはん 砂糖 だんぷん だんぷん 砂糖 小麦粉 砂糖	ごま油 ごま油	
9	木	小チキンライス・牛乳 小麦乳コーンスープ 根菜メンチカツ みクリーンサラダ	鶏肉 ベーコン 豆乳 豚肉 鶏肉 大豆	牛乳	にんじん パセリ にんじん フロッキー	玉ねぎ マッシュルーム にんにく グリンピース 玉ねぎ とうもろこし しめじ れんこん 玉ねぎ ごぼう キャベツ きゅうり	米 じゃがいも 米粉のホワイトルウ 砂糖 パン粉 だんぷん 小麦粉	オリーブ油 油 フレンチドレッシング	
10	金	ごはん・牛乳 親子煮 さばのカレー焼き にんじんとツナのあえもの ブルーベリーゼリー	鶏肉 かまぼこ たまご さば オイルツナ	牛乳	みつば にんじん	玉ねぎ 干ししいたけ たけのこ もやし ブルーベリー	ごはん 砂糖 砂糖 砂糖 砂糖		卵除去食
14	火	ごはん・牛乳 なめこのみそ汁 豚肉とキャベツの塩こうじ炒め 千草あえ	豆腐 みそ 豚肉 ちくわ 油揚げ	牛乳 わかめ	にんじん ごまつな 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 もやし	ごはん さといも 砂糖 だんぷん 砂糖 砂糖	油	
15	水	麦ごはん・牛乳 カレーライス さわらgrisピー(小2個・中3個) ヒーズサラダ	豚肉 鶏肉 さわら 大豆 大豆 チキンハム	牛乳	にんじん	玉ねぎ にんにく りんご とうもろこし にんにく キャベツ 枝豆 とうもろこし	麦ごはん じゃがいも 米粉のカレールウ 砂糖 だんぷん	油 油 マヨネーズ風ドレッシング	
16	木	ごはん・牛乳 けんちん汁 信田煮のみそかけ じゃがいものごまあえ	豆腐 油揚げ スクエウダラ 豆腐 油揚げ みそ オイルツナ	牛乳 ひじき	にんじん にんじん	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	ごはん だんぷん 砂糖 じゃがいも 砂糖 砂糖	ごま油 油 ごま	
17	金	ごはん・牛乳 フンタンスープ 中華そば 海藻サラダ	ベーコン 豚肉 大豆 みそ かまぼこ	牛乳 わかめ 節 ずのり つゆ	チンゲンサイ にんじん にんじん	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 キャベツ きゅうり 寒天こんにゃく	ごはん 砂糖 だんぷん 砂糖 砂糖	ごま油 オリーブ油	
20	月	ごはん・牛乳 八杯汁 たらの七宝みそ焼き ほうれんそうのおかかあえ	豆腐 かまぼこ スクエウダラ みそ 花かつお	牛乳	にんじん ほうれんそう	だいこん はくさい ねぎ 干ししいたけ もやし キャベツ とうもろこし	ごはん 砂糖 砂糖 砂糖		
21	火	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	豚肉 なんと 鶏肉 オイルツナ	牛乳 ひじき	にんじん ごまつな	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	中華めん だんぷん パン粉 水あめ 砂糖 砂糖 砂糖	ごま油 油 ごま	
22	水	ごはん・牛乳 関東煮 子持ちししゃもフライ(小2個・中3個) 白菜の塩昆布あえ	豚肉 ちくわ 生揚げ 昆布	牛乳 ししゃも 昆布	にんじん にんじん	だいこん こんにゃく はくさい もやし	ごはん さといも 砂糖 パン粉 小麦粉	油	
23	木	わかめごはん・牛乳 さつまいものみそ汁 五目厚焼き卵 ツナと切干大根の炒め煮 乾燥小魚【中学校のみ】 りんごパン・牛乳	豆腐 油揚げ みそ たまご オイルツナ	牛乳 ひじき いわし	にんじん ほうれんそう にんじん にんじん さやいんげん	ごぼう しめじ ねぎ しいたけ グリンピース 切干だいこん	ごはん さつまいも 砂糖 だんぷん 砂糖 砂糖 だんぷん	油 油	
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	牛乳	にんじん パセリ にんじん ごまつな	りんご 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	パン じゃがいも パン粉 だんぷん 砂糖 砂糖	油 マヨネーズ風ドレッシング	
27	月	ごはん・牛乳 中華風にらたまスープ 揚げきょうざ(小2個・中3個) パンパンジーサラダ	ベーコン たまご 豚肉 サラダチキン	牛乳	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	ごはん だんぷん パン粉 だんぷん 砂糖 小麦粉 砂糖 砂糖	ごま油 油 ごま	卵除去食
28	火	ごはん・牛乳 肉じゃが いわしのごまみそ煮 大根の梅かつおあえ	豚肉 いわし みそ 花かつお 油揚げ	牛乳	にんじん さやいんげん にんじん	玉ねぎ こんにゃく だいこん きゅうり 梅	ごはん じゃがいも 砂糖 砂糖 だんぷん 砂糖	ごま	
29	水	ごはん・牛乳 いものこ汁 鶏肉の西京焼き 五目きんぴら ★ヨーグルト	豆腐 油揚げ 鶏肉 みそ 豚肉	牛乳 ヨーグルト	にんじん ピーマン にんじん	こんにゃく えのきたけ ねぎ れんこん ごぼう マスカット	ごはん さといも だんぷん 砂糖 砂糖	ごま油	
30	木	ごはん・牛乳 煮みそ 愛知県産食材入り肉団子(小2個・中3個) フロッキーのごまチーズあえ	豚肉 玉はんべん ちくわ みそ 鶏肉 豚肉 大豆 豆腐	牛乳 チーズ アジドミルク	にんじん フロッキー	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 キャベツ きゅうり	ごはん さといも 砂糖 だんぷん 砂糖	油 ごまドレッシング	乳除去食
31	金	小小型ロールパン・★アジドミルク ミニトーストペンネ かぼちゃコロッケ のコールスローサラダ	豚肉 大豆 チキンハム	牛乳	にんじん パセリ トマト かぼちゃ にんじん	マッシュルーム 玉ねぎ にんにく キャベツ きゅうり	小型ロールパン ペンネ 砂糖 砂糖 パン粉 小麦粉 だんぷん 砂糖	オリーブ油 油 フレンチドレッシング	

※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
秋が旬の食材を食べよう！



毎月19日は食育の日
～おうちでごはんの日～

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

秋は、さつまいもや里いも、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。豊山町にある田んぼでも、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、秋に旬をむかえる魚、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。

今月の給食は、秋が旬の食材をたくさん使っています。自然の恵みに感謝して、秋の味覚を楽しみながら食べましょう。

☆10月分の給食費
引き落とし日は、
10月31日(金)
です。

