

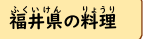


令和7年10月分 小学校給食献立表



☆毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です。

給食回数22回 稲沢東部学校給食調理場

日 曜	こんだてめい	おもにからだをつくるものになる（あか）		おもにからだのちょうしをととのえる（みどり）		おもにエネルギーのもとになる（きいろ）		エネルギー (kcal)
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん	
		さかな・にく・たまご まめ・まめせいひん	ぎゅうにゅう にゅうせいひん こざかな・かいそう	いろのこいやさい	そのたのやさい くだもの・きのこ	こめ・パン・めん いも・さとう	ゆし・しゅじつ	
1 水	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ		579
	さけのしおこうじやき	さけ 						
	はくさいのこんぶあえ		こんぶ		はくさい もやし			
	とんじる	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ		にんじん	ごぼう ねぎ だいこん	さといも		
	がまごおりみかんプチゼリー					みかんゼリー		
2 木	スライスパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン		631
	メープルジャム					メープルジャム		
	れんこんサンドフライ	とりにく			れんこん たまねぎ	パンこ こむぎこ	あぶら	
	りっちゃんのげんきサラダ	ハム かつおぶし	こんぶ	にんじん 	きゅうり キャベツ コーン	さとう	やさいドレッシング	
	ABCスープ	ウインナー		にんじん パセリ	たまねぎ しめじ	マカロニ		
3 金	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ		587
	レバーいりつくね（2こ）	とりにく			たまねぎ	でんぶん		
	いそに	ツナ だいす はんぺん	ひじき	にんじん	コーン	さとう		
	すいとんじる			にんじん	ねぎ だいこん ごぼう	すいとん		
6 月	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ		708
	さばのぎんがみやき	さば みそ				さとう		
	ごまあえ			ほうれんそう	もやし	さとう 	ごま	
	じゅうごやじる	かまぼこ うすらたまご			えのきたけ たまねぎ はくさい ねぎ	さといも		
	つきみだんご					つきみだんご		
7 火	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ		651
	カレー	ぶたにく		にんじん	たまねぎ にんにく	じゃがいも	ルウ	
	だいこんとじゃこのサラダ		しらすぼし		だいこん きゅうり	さとう	ごまあぶら	
	ヨーグルト		ヨーグルト					
8 水	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ		670
	にくづめいなり	あぶらあげ ぶたにく とりにく		にんじん	たまねぎ	こむぎこ さとう でんぶん	ラード	
	こがねあえ			こまつな	コーン キャベツ	さとう		
	さつまじる	とりにく とうふ みそ		にんじん	だいこん ねぎ	さつまいも		
9 木	こがたロールパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン		613
	オムレツ	たまご				でんぶん		
	ペンネマカロニのミートソース	ぶたにく		にんじん	たまねぎ グリンピース	ペンネ さとう	ルウ	
	フルーツポンチ				パイン もも	アセロラゼリー ナタデココ		
10 金	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん		640
	とりにくとレバーのあげに	とりにく とりレバー			しょうが	でんぶん さとう	あぶら	
	おかかあえ	かつおぶし		こまつな	キャベツ もやし	さとう		
	ふたまじる	とうふ かまぼこ		にんじん みつば	えのきたけ	たまふ		
	ブルーベリーゼリー					ブルーベリーゼリー		
14 火	ちゅうかめん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ちゅうかめん		601
	わふうとんこつラーメン	ぶたにく		にんじん	きくらげ もやし はくさい ねぎ			
	しゅうまい（2こ）	ぶたにく			たまねぎ	こむぎこ パンこ		
	わかめのちゅうかあえ	とりにく	わかめ		きゅうり キャベツ	さとう	ごまあぶら	
15 水	げんまいごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ げんまい		599
	ソースかつどん	ぶたにく				パンこ さとう	あぶら	
	ほうれんそうとしめじのおひたし	 福井県の料理		ほうれんそう	しめじ はくさい 	さとう		
	うちまめじる	だいす みそ		にんじん	だいこん ごぼう ねぎ	さといも		
16 木	だいこんばごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	だいこんば		こめ		600
	おこのみはんぺん	たら ままかり			キャベツ			
	だいこんとぶたにくのにももの	ぶたにく あつあげ		にんじん	だいこん しょうが	さといも さとう		
	ひじきサラダ	ハム	ひじき		キャベツ きゅうり コーン		しょうゆドレッシング	



令和7年10月分 小学校給食献立表



☆毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です。

給食回数 22回 稲沢東部学校給食調理場

日曜	こんだてめい	おもにからだをつくるもとになる（あか）		おもにからだのちょうしをととのえる（みどり）		おもにエネルギーのもとになる（きいろ）		エネルギー (kcal)
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん	
		さかな・にく・たまご まめ・まめせいひん	ぎゅうにゅう にゅうせいひん ごさかな・かいそう	いろのこいやさい	そのたのやさい くだもの・きのこ	こめ・パン・めん いも・さとう	ゆし・しゅじつ	
17金	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ		602
	いわしのしょうがに	いわし			しょうが			
	いなざわさつまいものくろごまあえ			こまつな		さつまいも さとう	くろごま	
	みそけんちんじる	とうふ みそ		にんじん	ごぼう こんにゃく ねぎ はくさい ほししいたけ だいこん			
20月	わかめごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう わかめ			こめ		594
	あつやきたまご	たまご				さとう		
	いんげんのごまあえ			さやいんげん		さとう	ごま	
	にくじゃが	ぶたにく ちくわ		にんじん	たまねぎ こんにゃく グリーンピース	じゃがいも さとう		
21火	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ		620
	やきぎょうざ（2こ）	ぶたにく とりにく			キャベツ	こむぎこ	ラード	
	とうふのちゅうかに	とうふ ぶたにく		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ ねぎ にんにく たけのこ	さとう でんぶん	ごまあぶら	
	パンサンスー				きゅうり キャベツ	はるさめ さとう	ごまあぶら	
22水	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん		603
	さんまのかばやきふう	さんま				でんぶん さとう	あぶら	
	いそかあえ		のり	こまつな	もやし	さとう		
	あきのみかくじる	あぶらあげ みそ			えのきたけ しめじ はくさい ねぎ	さつまいも		
23木	サンドイッチパンズパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン		677
	てりやきハンバーグ	とりにく			たまねぎ	さとう でんぶん		
	ゆでキャベツ				キャベツ			
	いんげんまめのクリームシチュー	とりにく いんげんまめ	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも こめコルウ	ルウ	
24金	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ		663
	とりにくのレモンに	とりにく			レモン	でんぶん さとう	あぶら	
	ごこくサラダ	えんどうまめ あずき レンズまめ だいず ひよこまめ			キャベツ	さつまいも おしむぎ もちむぎ げんまい あかまい たかきび	ごまドレッシング	
	のっぺいじる	とうふ		にんじん	だいこん ごぼう ねぎ	でんぶん		
27月	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ		610
	あきなすのドライカレー	ぶたにく		にんじん	なす にんにく たまねぎ		ルウ	
	ミネストローネ	ベーコン		トマト パセリ	キャベツ たまねぎ コーン にんにく	じゃがいも		
	みかん				みかん			
28火	しらたまうどん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			しらたまうどん		575
	みそにこみふううどん	とりにく かまぼこ みそ		にんじん	はくさい ごぼう ほししいたけ ねぎ	さとう		
	ちくわのいそべあげ（2こ）	ちくわ	あおのり			こむぎこ	あぶら	
	かおりあえ			こまつな だいこんば	もやし			
29水	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ		553
	あいちのしょくざいいりにくだんご	とりにく だいず			たまねぎ れんこん			
	かんとうに	ぶたにく うすらたまご ちくわ はんぺん	こんぶ	にんじん	だいこん こんにゃく	さといも さとう		
	そくせきづけ				キャベツ きゅうり だいこんづけ			
30木	セレクトパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					549
	（きなこあげパン・りんごジャム）	きなこ				パン さとう りんごジャム	あぶら	
	ポトフ	ウインナー		にんじん	たまねぎ はくさい エリンギ	じゃがいも		
	ブロッコリーサラダ			ブロッコリー	キャベツ コーン		かんきつドレッシング	
31金	げんまいごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ げんまい		519
	とうふでんがく	とうふ たら みそ			キャベツ しょうが	さとう でんぶん	あぶら	
	きりぼしだいこんのあえもの				キャベツ きゅうり きりぼしだいこん	さとう	ごま	
	ちゃんこじる	とりにく		にんじん	だいこん はくさい ねぎ たまねぎ しめじ キャベツ	でんぶん		

ふくいけん きょうどりょうり
福井県の郷土料理



【打ち豆汁】

打ち豆は、福井県をはじめとする北陸地方や東北地方の雪国の保存食です。水にひたしてやわらかくした大豆をつぶして乾燥させたものです。給水しやすく、火が早く通りやすいので、汁物や煮物、酢の物など、いろいろな料理に合います。



★秋が旬の食材を食べよう★



※都合により、献立内容が変更になることがあります。

国民1人1日当たり、おにぎり1個分捨てている！

食べ物をムダにすると、資源やエネルギーもムダにすることになります。給食を残すと、ゴミの処理でエネルギーを使う事になります。食品ロスを減らしてエネルギーのムダ使いを減らしましょう。

