



令和7年 給食回数 全22回

10月給食献立表



弥富市立大藤小学校

		こんだてめい	おもに体をつくる もとになるもの（あかいろ）	おもに体のちょうしをととのえる もとになるもの（みどりいろ）	おもにエネルギーの もとになるもの（きいろ）	びこう
1	水	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのレモンやき ちんげんさいとハムのあえもの コンソメスープ ひとくちゼリー（ぶどう）	ぎゅうにゅう とりにく ハム	にんにく レモン バジル ちんげんさい もやし にんじん たまねぎ マッシュルーム とうもろこし ひとくちゼリー（ぶどうかじゅう）	ごはん さとう ひとくちゼリー（さとう）	
2	木	ごはん ぎゅうにゅう わふうハンバーグ ほうれんそうのごまあえ あきのみそしる	ぎゅうにゅう ハンバーグ（とりにく・ぶたにく・だいず） とうふ わかめ まめみそ しろみそ	ハンバーグ（たまねぎ・トマトペースト・にんにく・しょうが） ほうれんそう キャベツ にんじん なす えのきたけ たまねぎ	ごはん ハンバーグ（さとう） さとう かたくりこ ごま さとう さつまいも	
3	金	しらたまうどん ぎゅうにゅう きつねうどんのしる ちくわのおこのみあげ こまつなのたいたん	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ ちくわ あおのり かつおぶし あつあげ	ねぎ だいこん ほうれんそう ほししいたけ べにしょうが こまつな にんじん	しらたまうどん（こむぎこ） さとう こむぎこ あぶら さとう	 郷土料理給食 大阪府 「竹輪のお好み揚げ」 小松菜の炊いたん
6	月	アルファかまい ぎゅうにゅう くりごはん さといもコロッケ みそおでん おつきみだんご	ぎゅうにゅう とりにく さといもコロッケ（とりにく） うすらたまご ちくわ はんぺん まめみそ おつきみだんご（あずき）	しめじ だいこん にんじん こんにゃく	アルファかまい アルファかもちまい くり さとう さといもコロッケ（さといも・さとう ばんこ・こむぎこ）あぶら さとう おつきみだんご（しょうしんこ さとう）	じゅうごやきゅうしよく 十五夜給食
7	火	ごはん ぎゅうにゅう あいちのにくだんご れんこんサラダ さわにわん てづくりあんにんゼリー	ぎゅうにゅう あいちけんさんにくだんご（とりにく だいず・ぶたにく） ぶたにく あんにんゼリーのもと（にゅう・だいず）	あいちけんさんにくだんご（たまねぎ・れんこん・しょうが） れんこん とうもろこし ぎゅうり だいこん にんじん ごぼう たけのこ ほししいたけ もも	ごはん あいちけんさんにくだんご（さとう かたくりこ・とうもろこしでんぶん） ノンエッグマヨネーズ さとう あんにんゼリーのもと（さとう）	
8	水	ごはん ぎゅうにゅう さばのカレーやき もやしのあえもの トマトとたまごのふんわりじる	ぎゅうにゅう さば とりにく たまご かまぼこ	しょうが もやし こまつな トマト みつば エリンギ	ごはん さとう かたくりこ	
9	木	りんごパン ぎゅうにゅう いかフライのレモン煮 グリーンサラダ ポトフ	ぎゅうにゅう いかフライ（いか・だいず） ウインナー	りんごパン（りんご） レモン えだまめ きゅうり ちんげんさい にんじん キャベツ しめじ たまねぎ	りんごパン（こむぎこ） いかフライ（パンこ・こむぎこ） あぶら さとう コールスロートレッシング じゃがいも	
10	金	ごはん ぎゅうにゅう ピビンバ（にく・やさい） ちゅうかスープ カルピスフルーツポンチ	ぎゅうにゅう ぶたにく まめみそ かまぼこ とうふ カルピス（にゅう）	ほうれんそう にんじん にんにく しょうが もやし きくらげ はくさい たけのこ ねぎ もも みかん	ごはん さとう ごまあぶら もち さとう カルピス（さとう）	 め 目の愛護デー給食 「にんじん」 「ほうれんそう」
14	火	ごはん ぎゅうにゅう ハヤシライス さつまいもコロッケ なし	ぎゅうにゅう ぶたにく ミックスまめ（だいず ひよこまめ・あかいんげんまめ マローファットピース） さつまいもコロッケ なし	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト しめじ グリンピース さつまいもコロッケ（さつまいも・とうもろこし） なし	ごはん こめこのハヤシルウ あぶら さつまいもコロッケ（こめこばんこ さとう）あぶら	10月14日3・4年生 社会見学 給食なし
15	水	アルファかまい ぎゅうにゅう きのこごはん かつおフライ いそかあえ しろみそしる	ぎゅうにゅう とりにく ミックスまめ（だいず ひよこまめ・あかいんげんまめ マローファットピース） かつおフライ（かつお・だいず） のり とうふ あぶらあげ わかめ しろみそ	しめじ まいたけ ほししいたけ たけのこ ごぼう にんじん かつおフライ（しょうが） ほうれんそう もやし だいこん たまねぎ	ごはん さとう かつおフライ（ばんこ・こむぎこ） あぶら さとう さといも	あい ちさん きゅうしよく 愛・地産給食 「ほうれんそう」 「さといも」
16	木	ごはん ぎゅうにゅう ぎょうざ（2こ） はるさめサラダ はっほうさい	ぎゅうにゅう ぎょうざ（ぶたにく） とりにく ぶたにく えび うすらたまご	ぎょうざ（キャベツ・にら・たまねぎ・にんにく） キャベツ とうもろこし はくさい にんじん たけのこ もやし	ごはん ぎょうざ（パンこ とうもろこしでんぶん） はるさめ さとう ごまあぶら あぶら さとう かたくりこ ごまあぶら	
17	金	ソフトめん ぎゅうにゅう ソフトめんのミートソースかけ とうふナゲット（2こ） ブルーベリーヨーグルト	ぎゅうにゅう あいびきにく（ぶたにく・ぎゅうにく） レバー（ぶたにく） とうふナゲット（とうふ・ぎょにく すりみ・とうにゅう） ヨーグルト	にんにく たまねぎ ローストオニオン にんじん マッシュルーム グリンピース トマト とうふナゲット（たまねぎ） もも ブルーベリー	ソフトめん（こむぎこ） あぶら さとう こめこのハヤシルウ かたくりこ とうふナゲット（さとう）あぶら さとう	10月17日5年生 社会見学 給食なし
20	月	ごはん ぎゅうにゅう さけのしおやき こまつなとツナのサラダ じゃがいものみそしる なしゼリー	ぎゅうにゅう さけ ひじき まぐろあぶらづけ ぶたにく あぶらあげ とうふ わかめ まめみそ しろみそ	こまつな キャベツ たまねぎ ねぎ わなしゼリー（なしかじゅう）	ごはん さとう ノンエッグマヨネーズ じゃがいも わなしゼリー（さとう）	さかな お魚チャレンジデー 今月は「さけ」です
21	火	すめし ぎゅうにゅう てまきすしのぐ（牛肉のしぐれ煮） てまきすしのぐ（ツナマヨ） てまきのり とうふのすましじる	ぎゅうにゅう ぎゅうにく まぐろあぶらづけ のり かまぼこ とうふ	しょうが きゅうり にんじん ほうれんそう	ごはん さとう さとう ノンエッグマヨネーズ	10月21・22日 6年生 修学旅行 給食なし
22	水	ごはん ぎゅうにゅう さんまのかばやき マカロニサラダ ちゃんこじる	ぎゅうにゅう さんま ハム とりにく とうふ	しょうが きゅうり キャベツ だいこん にんじん はくさい ほししいたけ ねぎ	ごはん さんま（かたくりこ）あぶら さとう マカロニ ノンエッグマヨネーズ	
23	木	クロスロールパン ぎゅうにゅう なすとポテトのスパイシーグラタン コーンサラダ オニオンスープ	ぎゅうにゅう あいびきにく チーズ ベーコン	なす ビーマン にんにく トマト キャベツ とうもろこし にんじん ローストオニオン たまねぎ はくさい ほうれんそう	クロスロールパン（こむぎこ） じゃがいも あぶら さとう イタリアンドレッシング	
24	金	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのしおからあげ うめあえ ゆばのおすいもの ヨーグルト（コアコアプラス）	ぎゅうにゅう とりにく ゆば かまぼこ ヨーグルト（にゅう）	もやし きゅうり うめ にんじん だいこん たまねぎ えのきたけ こまつな ヨーグルト（かんでん）	ごはん かたくりこ あぶら ヨーグルト（さとう）	
27	月	むぎごはん ぎゅうにゅう かわごとやさしいりカレーライス はなやさいサラダ おからのカップケーキ ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ぶたにく おから ぎゅうにゅう きなこ	たまねぎ ローストオニオン にんじん かぼちゃ えだまめ れんこん しょうが にんにく ブロックリー カリフラワー とうもろこし	ごはん むぎ こめこのカレールウ あぶら コーンクリーミードレッシング ホットケーキのもと パター さとう	しょくひん さくげん ひ 食品ロス削減の日 きょう 今日のカレーに入る野菜は かわ ちょうり 皮ごと調理します
28	火	たれカツ しんこあえ なめこじる	ぎゅうにゅう とりにく とうふ あぶらあげ まめみそ しろみそ	キャベツ にんじん たくあんづけ なめこ だいこん ねぎ	ごはん かたくりこ あぶら さとう	
29	水	ごはん ぎゅうにゅう マグロのマリアナソース やさいのかおりづけ みぞれじる	ぎゅうにゅう まぐろ だいず ぶたにく あつあげ	こんにゃく キャベツ きゅうり だいこん にんじん みすな しょうが ほししいたけ	ごはん かたくりこ あぶら さとう ごま ごまあぶら	
30	木	アルファかまい ぎゅうにゅう チキンピラフ かぼちゃのポタージュ まほうのゼリーポンチ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン とうにゅう カクテルゼリー（とうにゅう）	たまねぎ マッシュルーム グリンピース たまねぎ かぼちゃ かぼちゃペースト パセリ パタフライピーティー レモン カクテルゼリー （りんごかじゅう・ももかじゅう・ぶどうかじゅう・かんでん）	アルファかまい あぶら さとう こめこのホワイトルウ さとう ゼリーのもと カクテルゼリー（さとう）	1日早い ハロウィン給食
31	金	ごはん ぎゅうにゅう いわしのうめに だいこんサラダ あげじゃがいものきんぴら	ぎゅうにゅう いわしのうめに（いわし） ハム ぶたにく	いわしのうめに（うめ・あかしそ） だいこん きゅうり とうもろこし にんじん こんにゃく たけのこ えだまめ	ごはん いわしのうめに（さとう・かたくりこ） さとう ごまあぶら じゃがいも あぶら さとう	

（今月の平均栄養価）

エネルギー613kcal、たんぱく質15.7%、脂質29.1% ※小学校中学年を基準としています。

※献立は都合により変更する場合があります。