



[令和7年]

10月 小学校献立表



今月の給食目標

じかんをまもってたべよう

半田市学校給食センター

日	曜	除去食対応献立	こんだてめい	赤 からだをつくる		緑 からだのちょうしをととのえる		黄 エネルギーのもとになる		エネルギー kcal
				第1群	第2群	第3群	第4群	第5群	第6群	
				魚・肉・卵 大豆製品	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		牛乳			こめ		640
			★さんまのあげに	さんま				さとう でんぷん	あぶら	
			たくあんあえ				たくあん きゅうり キャベツ			
			けんちんじる	とりにく とうふ		にんじん はねぎ	だいこん ごぼう こんにゃく	さといも でんぷん		
2	木		むぎごはん 牛乳		牛乳			こめ おおむぎ		657
			カレー	ぶたにく		にんじん	たまねぎ グリーンピース	じゃがいも さとう		
			★キャベツいりつくね	とりにく ぶたにく			キャベツ			
			ブロッコリーサラダ			ブロッコリー にんじん	とうもろこし		ドレッシング	
3	金		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		600
			★いかカツ	いか				こむぎこ パンこ	あぶら	
			ほうれんそうと もやしのあえもの	まぐろ		ほうれんそう	もやし	さとう		
			ちくぜんに	とりにく		にんじん さやいんげん	れんこん こんにゃく ごぼう たけのこ ほししいたけ	さとう		
6	月		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		640
			くりごはんのぐ	とりにく あぶらあげ		にんじん	たけのこ	さとう	くり	
			さわらのてりやき	さわら				さとう でんぷん		
			さといものみそじる	とうふ みそ		にんじん はねぎ	だいこん ごぼう	さといも		
7	火		★おつきみゼリー				みかん	さとう		691
			サンドイッチパズパン 牛乳		牛乳			パン		
			★ハンバーグのケ チャップソース	ぶたにく とりにく だいず			たまねぎ	さとう		
			キャベツソテー			にんじん	キャベツ		オリーブあぶら	
			きのこのとうにゆ うスープ	ベーコン とうにゆう		にんじん	たまねぎ しめじ エリンギ	じゃがいも		
			スライスチーズ		チーズ					
8	水		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		579
			★あげきょうざ(2こ)	ぶたにく だいず			キャベツ たまねぎ	こむぎこ	あぶら	
			チンゲンサイのナムル	まぐろ		チンゲンサイ にんじん		さとう	ごまあぶら	
			もずくスープ	ぶたにく とうふ	もずく	にんじん はねぎ	たけのこ たまねぎ しょうが	でんぷん		
9	木		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		602
			★ごもくあつやき たまご	たまご とりにく		ほうれんそう にんじん	しいたけ たけのこ	さとう		
			きりぼしだいこん のあまずあえ	ハム		にんじん	きりぼしだいこん きゅうり	さとう		
			にくじゃが	ぶたにく さつまあげ		にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく	じゃがいも さとう		
10	金		ソフトめん 牛乳		牛乳			こめ		655
			あきなすのミート ソース	ぶたにく		にんじん トマト	なす たまねぎ しめじ グリンピース	さとう		
			フランクフルト	フランクフルト						
			キャロットサラダ			にんじん	キャベツ えだまめ		ドレッシング	
14	火		むぎごはん 牛乳		牛乳			こめ おおむぎ		700
			★タラとじゃがい ものあまずあん	タラ				じゃがいも さとう でんぷん	あぶら	
			マーボーとうふ	ぶたにく とうふ みそ		にんじん にら	たまねぎ しょうが	さとう でんぷん		
			りんご				りんご			
15	水		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		600
			★やさしいりはんぺん	さかなすりみ だいず		にんじん	キャベツ とうもろこし	でんぷん さとう		
			かいそうサラダ	まぐろ	かんてん わかめ		キャベツ きゅうり とうもろこし		ドレッシング	
			すきやきふうに	ぶたにく かまぼこ やきとうふ		にんじん	たまねぎ はくさい えのきたけ しろねぎ こんにゃく	さとう		

◎食べるときは、よくかんで食べましょう。

※給食物資の購入都合により、献立の一部を変更することがあります。

※献立表にある★は、加工食品を表しています。すべての食材を表記しているものではありません。

※食物アレルギーに関して学校給食の対応が必要な方は、詳細なアレルギー資料をご確認ください。

※給食センターのメールアドレス kyushoku@city.handa.lg.jp

『毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です』

半田市のホームページで、給食レシ
ピを紹介しています。ぜひ、ご覧いた
だき、ご家庭でもお試しください。
QRコードを読み込むと、すぐにご覧
いただけます。



日	曜	除 去 食 対 応 献 立	こ ん だ て め い	赤 からだをつくる		緑 からだのちょうしをととのえる		黄 エネルギーのもとになる		エネルギー kcal			
				第1群	第2群	第3群	第4群	第5群	第6群				
				魚・肉・卵 大豆製品	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				
16	木		ごはん 牛乳 キムたくごはんのぐ ★いわしのうめに しろみそしる	ぶたにく いわし とりにく なまあげ みそ	牛乳		キムチ つぼづけ うめ だいこん しめじ こんにゃく	こめ さとう じゃがいも	あぶら	592			
17	金		あいちのこめこいりパン 牛乳 やきそば ★あいちけんさんしよくざ いいりにくだんご(2こ) ★がまごおりみか んゼリーポンチ	ぶたにく いか ちくわ とりにく ぶたにく だいた とうふ	牛乳 あおのり	にんじん	キャベツ もやし しょうが たまねぎ れんこん みかん もも パインアップル	パン やきそばめん さとう さとう	あぶら	727			
20	月		ごはん 牛乳 ぶたにくのしょう がいため こまつなとツナのあえもの さつまじる	ぶたにく まぐろ とりにく みそ あぶらあげ	牛乳	ピーマン あかピーマン こまつな にんじん はねぎ	たまねぎ しょうが にんにく キャベツ だいこん ごぼう こんにゃく	こめ さとう さとう さつまいも	あぶら	601			
21	火		ごはん 牛乳 ★しゅうまい(2こ) パンパンジーサラダ なまあげのちゅうかに	ぶたにく とりにく なまあげ ぶたにく	牛乳	にんじん にんじん チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ もやし たまねぎ たけのこ しょうが	こめ パンこ こむぎこ さとう でんぷん	ドレッシング	613			
22	水		ミルクロールパン 牛乳 ★こめこのホキフライ おいもサラダ ノンエッグマヨネーズ コンソメスープ	ホキ	牛乳	にんじん にんじん パセリ	きゅうり たまねぎ キャベツ エリンギ	パン こめこ でんぷん こめパンこ じゃがいも さつまいも	あぶら ノンエッグ マヨネーズ	622			
23	木		ごはん 牛乳 ★けんちんしのだ のあまみそかけ れんこんのきんぴら すましじる ソフトめん	とうふ たら みそ あぶらあげ とりにく かまぼこ ゆば	牛乳 ひじき	にんじん にんじん さやいんげん にんじん はねぎ	れんこん こんにゃく だいこん はくさい	こめ さとう でんぷん さとう	あぶら あぶら	611			
24	金		きつねのわふうじる やさいのしそひじきあえ ★だいがくいも(2こ) ごはん 牛乳 とりにくのてりやき キャベツのあかしそあえ	とりにく かまぼこ あぶらあげ しそひじき	牛乳	にんじん はねぎ にんじん こまつな	はくさい えのきたけ キャベツ	めん でんぷん さつまいも さとう あぶら		655			
27	月		ごはん 牛乳 とりにくのてりやき キャベツのあかしそあえ かんとうに	とりにく ぶたにく なまあげ さつまあげ	牛乳 こんぶ	あかしそ にんじん さやいんげん	キャベツ もやし だいこん こんにゃく	こめ さとう でんぷん さといも さとう		602			
28	火	えび	ごはん 牛乳 ビビンバ(にく) ビビンバ(チムル) ★えびだんごスープ ヨーグルト	ぶたにく みそ えび さかなすりみ とうふ	牛乳 ヨーグルト	にんじん こまつな にんじん はねぎ	にんにく だいずもやし はくさい だいこん たまねぎ	こめ さとう さとう でんぷん		629			
29	水		ごはん 牛乳 ★さといもコロッケ ばいにくあえ みだくさんじる	とりにく ぶたにく	牛乳	にんじん しそ にんじん はねぎ	きゅうり キャベツ うめ だいこん たけのこ ごぼう えのきたけ	こめ さといも パンこ こむぎこ さとう じゃがいも	あぶら	588			
30	木	たまご	ごはん 牛乳 ★さばぎんがみやき おやこに みかん	さば みそ こおりとうふ たまご とりにく かまぼこ	牛乳	にんじん はねぎ	たまねぎ みかん	こめ さとう こめこ さとう でんぷん		690			
31	金		くろロールパン 牛乳 ハムステーキ まめまめサラダ とうにゅういり パンプキンスープ	ハム だいず とりにく とうにゅう	牛乳	にんじん かぼちゃ パセリ	キャベツ えだまめ とうもろこし たまねぎ	パン しろいんげんまめ ドレッシング		651			
今月の愛知県産の食べ物										給食回数 22回	基準値 (1食あたり)	小学校	650



こめ



たまご



牛にゅう



ぶた肉



れんこん



なす



チンゲン菜



しょうゆ



みそ



酢