

令和7年度10月分 学校給食予定献立表

碧南市第1学校給食センター

日曜	献立名	赤 体をつくるものになる食品		緑 体の調子を整える食品		黄 エネルギーのもとになる食品		エネルギー kcal 中学校 小学校 幼稚園
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		魚・肉・卵 大豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	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・種実	
1水	クロロールパン 牛乳		ぎゅうにゅう			パン		862
	鶏肉とさつまいものマヨネーズグラタン風	とりにく かつおぶし	チーズ なまク クリーム			さつまいも	ノンエッグマヨネーズ	620
	野菜ソテー	ツナ		きピーマン	キャベツ もやし		あぶら	465
	根菜スープ	ベーコン		にんじん	だいこん ごぼう たまねぎ			
2木	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		754
	豚肉のいちじくソース（豆乳バター使用）	ぶたにく			いちじく レモン		とうにゅうバター	585
	大豆サラダ	だいず		にんじん	キャベツ とうもろこし			486
	焼き麴汁	かまぼこ なまあげ		にんじん はねぎ	はくさい ほししいたけ	やきふ じゃがいも		
3金	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		797
	さばの銀紙焼き	さば みそ				さとう		620
	ちゃんこ煮	とりにく とうふ		にんじん にら	たまねぎ ごぼう もやし			532
	ごまあえ			ほうれんそう にん じん	キャベツ	さとう	ごま	
お月見献立 満月に見立てた目玉焼きや白玉団子、旬の里芋を使った献立です。								
6月	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		854
	月見玉子焼き	たまご					あぶら	698
	豚肉と里芋の甘辛炒め	ぶたにく		にんじん		さといも さとう	あぶら	504
	【小中】十五夜汁	かまぼこ あぶらあ げ		にんじん はねぎ	だいこん ほししいたけ	こめこ でんぷん		
7火	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		876
	炒り豆腐	ぶたにく とうふ		にんじん いんげん	たまねぎ たけのこ ほししいたけ しょうが	さとう	あぶら	659
	いもくりコロッケ					じゃがいも さつま いも パンこ	あぶら くり	565
	ひじきと野菜のあえもの	ハム	ひじき	こまつな にんじん	キャベツ とうもろこし	さとう		
8水	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		771
	白ごまつくね（小中2個）	とりにく			たまねぎ	パンこ さとう		620
	『筑前煮』	とりにく ちくわ		にんじん いんげん	こんにやく たけのこ れんこん ごぼ う	なまふ さとう		477
	『切りほしだいこん 『切干大根のさっぱりあえ』	ツナ		こまつな にんじん	きりほしだいこん とうもろこし	さとう		
9木	ちゅうか 中華めん		ぎゅうにゅう			ちゅうかめん		786
	みそラーメンのスープ	ぶたにく なんと みそ		チンゲンサイ にんじ ん はねぎ	たまねぎ もやし とうもろこし しょう が にんにく			625
	ツナと茎わかめのピリ辛炒め	ツナ	くきわかめ	にんじん	にんにく		オリーブあぶら	548
	いちじく蒸しパン	とうにゅう			いちじく	こむぎこ さとう で んぷん		
10金	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		888
	カレーピラフの具	ぶたにく レバー		あかピーマン	たまねぎ えだまめ とうもろこし			699
	サーモンフライ	さけ				パンこ こむぎこ	あぶら	573
	さつまいものポトフ	ウインナー		にんじん いんげん	たまねぎ キャベツ しめじ に んにく	さつまいも		
14火	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		778
	蒸しぎょうざ（小中2個）	ぶたにく とりにく		にら	キャベツ たまねぎ	ぎょうざのかわ		616
	つくねと千切り野菜のさっぱり煮	とりにく		にんじん	こんにやく だいこん もやし たまね ぎ えのきたけ しょうが			471
	野菜の辛味あえ	ツナ		チンゲンサイ	きゅうり にんにく	さとう	ごまあぶら	
15水	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		778
	豆腐ステーキのもみじおろしかけ	とうにゅう		にんじん	だいこん	さとう でんぷん	あぶら	607
	じゃがいもの旨煮	ぶたにく はんぺん		にんじん いんげん	たまねぎ	じゃがいも さとう		497
	甘酢あえ			こまつな	きゅうり もやし	さとう		
16木	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		828
	いかフライのレモン煮	いか			レモン	さとう パンこ こむ ぎこ	あぶら	653
	じゃがいものしゃきしゃき炒め	ベーコン		あかピーマン	しょうが	じゃがいも さとう	あぶら	530
	きのこ汁	とりにく かまぼ こ みそ			だいこん もやし えのきたけ しめじ エリンギ ほししいたけ しろねぎ			

碧南市第1学校給食センター

※材料等の都合により、献立を変更する場合があります。(給食回数22回) ※愛知県産・碧南市産の食材は**太字**になっています。
※材料は、すべてを記載しているわけではありません。 ※水産物(練り製品を含む)は、えび・かに・いかなどが混ざる可能性があります。
※アレルギー原因物質については、食物アレルギー詳細な献立表で確認してください。
※『 』は、かみかみメニューです。よくかんで食べましょう。