

2025年度

10月

学校給食献立一覧表

日	曜日	献立名	赤のグループ 主に体をつくるもとになる食品		緑のグループ 主に体の調子を整えるもとになる食品		黄のグループ 主にエネルギーのもとになる食品		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 小学校(上) 中学校(下)
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
			魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 骨ごと食べる魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	穀類・いも・砂糖	油脂・種実	
1	水	サンドイッチロール 飲用牛乳		飲用牛乳			サンドイッチロール		658
		スラッピージョー	ぶた肉 大豆		にんじん トマトピューレー	たまねぎ	小麦粉 砂糖		26.3
		チーズサラダ		チーズ	にんじん	キャベツ きゅうり		フレンチドレッシング	810
		オニオンスープ	ベーコン		パセリ	たまねぎ			31.5
2	木	きのこごはん 飲用牛乳	とり肉 油揚げ	飲用牛乳	にんじん	しめじ えのきたけ しいたけ	麦ごはん 砂糖		646
		かつおのミンチカツ	かつお			しょうが たまねぎ	小麦粉 砂糖 キャッサバでん粉	なたね油 米ぬか油 とうもろこし油	25
		さつまいものみそ汁	豆腐 けずりぶし ミックスみそ		にんじん	だいこん ごぼう 根深ねぎ	さつまいも		810
3	金	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		638
		中華丼	ぶた肉 うずら卵 いか		にんじん チンゲンサイ	はくさい たまねぎ	じゃがいもでん粉	ごま油 なたね油	27.8
		ぎょうざ	大豆 とり肉 ぶた肉		にら	キャベツ たまねぎ	小麦粉 キャッサバでん粉 とうもろこしでん粉	ラード	801
		ナムル	とり肉			もやし きゅうり	砂糖	ごま油 ごま	33.4
6	月	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		774
		いわしのしょうが煮	いわし			しょうが	じゃがいもでん粉 砂糖		
		ごぼうサラダ			にんじん	ごぼう キャベツ きゅうり	砂糖	ごま マヨネーズ風ドレッシング	891
		いものこ汁	とり肉 けずりぶし		にんじん	だいこん 根深ねぎ	さといも		
		月見だんご					月見だんご		
7	火	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		714
		けんちんの含め煮	豆腐 油揚げ すけとうだら	ひじき	にんじん		砂糖 じゃがいもでんぷん	とうもろこし油	26.1
		ゆかりあえ			しそ(粉)	キャベツ きゅうり もやし			841
		じゃがいものそぼろ煮	とり肉 さつま揚げ		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも		29.7
8	水	ツイストパン 飲用牛乳		飲用牛乳			ツイストパン		672
		まめまめいも	大豆				さつまいも じゃがいもでん粉 砂糖	米ぬか油	25.5
		りんご(生)				りんご(生)			866
		きのこのクリーム煮	とり肉 ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん	しめじ マッシュルーム エリンギ たまねぎ えだまめ		ベシヤメルソース	32.4
9	木	栗五目ごはん 飲用牛乳	とり肉 油揚げ	飲用牛乳	にんじん		麦ごはん 砂糖	なたね油 くり	682
		ミンチカツ	ぶた肉 とり肉 大豆			たまねぎ	小麦粉 砂糖 じゃがいもでん粉	米ぬか油	25.1
		野菜かきたま汁	鶏卵 けずりぶし		ほうれんそう にんじん みつば	たまねぎ しいたけ	じゃがいもでん粉		826
10	金	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		703
		油淋鶏 (ユーリンチー)	とり肉			しょうが 根深ねぎ	じゃがいもでん粉 砂糖	ごま油 米ぬか油	24.6
		はるさめサラダ				きゅうり キャベツ スイートコーン	はるさめ	中華ドレッシング	864
		ワンタンスープ	ベーコン		にんじん チンゲンサイ		ワンタン	ごま油	28.9
14	火	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		748
		さばのみそ煮	さば 豆みそ				砂糖		33.1
		りっちゃんの元気サラダ	ハム かつお節	こんぶ	にんじん	キャベツ きゅうり スイートコーン	砂糖	オリーブ油 トマトドレッシング	886
		高野豆腐のうま煮	凍り豆腐 ぶた肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいもでん粉 じゃがいも		37.2
15	水	りんごパン 飲用牛乳		飲用牛乳			りんごパン		638
		オムレツ	鶏卵				砂糖 とうもろこしでん粉	大豆油	22.7
		グリーンサラダ				キャベツ きゅうり えだまめ		コーンクリームードレッシング	825
		ポトフ	ウインナー		にんじん ブロッコリー	たまねぎ だいこん	じゃがいも		28.6
16	木	豊田めん 飲用牛乳		飲用牛乳			豊田めん		693
		野菜あんかけめん	ぶた肉 かまぼこ けずりぶし		にんじん	たまねぎ はくさい もやし 根深ねぎ しょうが	じゃがいもでん粉	ごま油	27
		ししゃもフライ		ししゃも			小麦粉 とうもろこしでん粉 コーンフラワー	米ぬか油	865
		ひじきとさつまいものサラダ		ひじき		キャベツ	さつまいも 砂糖	マヨネーズ風ドレッシング	32.7
17	金	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		716
		カレーライス	ぶた肉	ヨーグルト	にんじん	たまねぎ	じゃがいも	カレールウ(甘口・辛口)	26.2
		チキンカツ	とり肉 大豆				小麦粉 とうもろこしでん粉	米ぬか油 紅花油	908
		サワーキャベツ			にんじん	キャベツ きゅうり レモン果汁	砂糖		32.6
20	月	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		694
		レバーと大豆の甘辛煮	とりレバー 大豆 とり肉			しょうが	じゃがいもでん粉 砂糖	米ぬか油	
		たくあんあえ				キャベツ きゅうり たくあん漬	砂糖	ごま	27.5
		豆乳のバランスみそ汁	油揚げ 豆乳 けずりぶし 米みそ		にんじん	はくさい だいこん 根深ねぎ	じゃがいも		863
		ふりかけ (野菜と雑穀)					ふりかけ (野菜と雑穀)		33
21	火	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		654
		コーンしゅうまい	すけとうだら 豆腐 大豆			たまねぎ とうもろこし	小麦粉 砂糖 じゃがいもでん粉	ラード	23.7
		拌三絲 (バンサンスー)	ハム			キャベツ きゅうり	はるさめ 砂糖	ごま油	819
		マーボー大根	とり肉 豆みそ		にんじん	だいこん たまねぎ 根深ねぎ しょうが	じゃがいもでん粉 砂糖	ごま油	28.3
22	水	米粉パン 飲用牛乳		飲用牛乳			米粉パン		640
		焼きそば	ぶた肉 ちくわ		にんじん	キャベツ	中華めん	なたね油	29.7
		わかめサラダ		わかめ		キャベツ きゅうり スイートコーン		ナムルドレッシング	804
		キムチスープ	肉だんご ミックスみそ		にんじん	だいこん もやし 根深ねぎ キムチ			36.5
		ヨーグルト		ヨーグルト					

日	曜日	献立名	赤のグループ 主に体をつくるもとになる食品		緑のグループ 主に体の調子を整えるもとになる食品		黄のグループ 主にエネルギーのもとになる食品		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 小学校(上) 中学校(下)
			1 群	2 群	3 群	4 群	5 群	6 群	
			魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 骨ごと食べる魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	穀類・いも・砂糖	油脂・種実	
23	木	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		673 30.3
		あゆの一夜干し揚げ	あゆ					米ぬか油	
		とよたチャンプルー	豚肉 鶏卵 生揚げ かつお節		にんじん	たまねぎ		ごま なたね油	
		とよたのみそ汁	油揚げ けずりぶし 豆みそ		葉ねぎ	だいこん はくさい しいたけ	さといも		
		ブルーベリーゼリー				ブルーベリーゼリー			
		豊田ブランドの日							
24	金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		639 26.5
		豚丼	ぶた肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ しょうが しらたき	砂糖		
		愛知県産食材入り肉だんご	大豆 とり肉 ぶた肉			しょうが たまねぎ れんこん	じゃがいもでん粉 砂糖	なたね油 ラード	
		野菜のごまあえ	油揚げ		にんじん	キャベツ もやし	砂糖	ごま	
27	月	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		690 26.3
		肉みそ	ぶた肉 豆みそ				砂糖		
		青菜あえ			にんじん 菜めし粉	キャベツ きゅうり もやし			
		おでん	うずら卵 生揚げ ちくわ けずりぶし	こんぶ		だいこん こんにゃく	さといも		
28	火	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		665 30.8
		さんまの銀紙焼き	さんま 米みそ				砂糖 米粉		
		磯香あえ	まぐろ(油漬)	のり	こまつな にんじん	キャベツ	砂糖	ごま	
		五目汁	豆腐 とり肉 油揚げ けずりぶし		にんじん	ごぼう だいこん			
29	水	スライスパン 飲用牛乳		飲用牛乳			スライスパン		658 23.8
		りんごとさつまいものケーキ	豆乳			りんご	ホットケーキミックス さつまいも 砂糖	なたね油	
		野菜カレーサンドの具	とり肉		にんじん	キャベツ	砂糖	マヨネーズ風ドレッシング	
		豆 ³ のスープ	ウインナー 豆乳 米みそ		にんじん	たまねぎ えだまめ			
30	木	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		670 28
		納豆巻き	納豆	チーズ	パセリ		砂糖		
		ごま酢あえ				もやし キャベツ きゅうり しょうが レモン果汁	砂糖	ごま	
		肉じゃが	ぶた肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ しらたき	じゃがいも 砂糖		
		手巻きのり		のり					
31	金	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		715 25.8
		かぼちゃ型ハンバーグ	とり肉 ぶた肉 大豆		かぼちゃ トマト	たまねぎ にんにく しょうが	砂糖 じゃがいもでん粉	ラード	
		パンプキンサラダ			かぼちゃ にんじん	えだまめ		マヨネーズ風ドレッシング	
		パスタスープ	ベーコン とり肉		にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ	マカロニ		

10月の目標「自然の恵みに感謝しよう」

豊田の農産物

●米「大地の風」

●小麦「きぬあかり」

●大豆「フクユタカ」

●あゆ

●はくさい

●ブルーベリー

…ごはん、麦ごはん、米粉パン

…スライスパン、ツイストパン

…水煮大豆、納豆

●ぶた肉「とよたひまわりポーク」

…キムチ

…ブルーベリーゼリー

豊田めん

WE LOVE とよた

卵

葉

＜今月の季節の食材＞

かつお

さつまいも

さといも

りんご

きのこ

くり

さんま

しいたけ

しめじ

えのきたけ

マッシュルーム

エリンギ

とよた給食ニュース

探偵

給食

「とよた給食ニュース10月号」を3日(金)に配信します。
左のイラストをタップし、「令和7年10月号」を選択すると
見ることができます。

※天候など、やむを得ない事情により、産地や献立が変更される場合があります。
※牛乳の表記については、2種類になります。毎日つく「飲用牛乳」と調理に使用する「牛乳」です。飲用牛乳とは200mLパック入りの牛乳です。
※食物アレルギーの原因食品の使用については「食物アレルギー原因食品一覧表」で御確認ください。

6日(月) 月見献立

6日は「十五夜」です。
収穫したさといもなどを供えるため「いも名月」とも呼ばれています。
給食では、さといもが入った「いものこ汁」を実施します。
また、さといもの形をした「月見だんご」がつきます。

月見

23日(木) 豊田ブランドの日

豊田市でとれた食材を使用した献立を実施します。

★ごはん…米「大地の風」

★とよたのみそ汁…しいたけ

★とよたチャンプルー

…ぶた肉「とよたひまわりポーク」

★あゆの一夜干し揚げ…あゆ

★ブルーベリーゼリー…ブルーベリー

豊田

豚

農

産

物

たべまるのおすすめ

今月は、20日(月)の【豆乳のバランスみそ汁】まる。
作り方や写真は、下の二次元コードを読み込むか、たべまるをタップして
レシピの検索画面に「たべまる給食」と入れるとすぐに見つかるまる。

たべまる給食

検索

QRコード

▲豊田市クックパッド公式キッチンはこちらから

稲武給食センター

●安全・安心・おいしい給食をお届けします●