2025年度 10月

学校給食献立一覧表





		主に体の組織を	つくる食品群	主に体の調子を整える食品群		主にエネルキ	一になる食品群	エネルギー	
日曜日	献立名	1 群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2 群 牛乳・乳製品 骨ごと食べる魚・海藻	3群	4群 その他の野菜 果物・きのこ	5 群 穀類・いも・砂糖	6 群 油脂・種実	(kcal) たんぱくり	
	スライスパン・飲用牛乳		飲用牛乳			スライスパン		835 32. 2	
	コーンクリームスープ		牛乳・脱脂粉乳 チーズ	パセリ	スイートコーン たまねぎ		ベシャメルソースの素 生クリーム		
1 水	りんごサラダ				キャベツ・りんご (生) きゅうり		フレンチドレッシング		
	えびカツサンド・◇中濃ソース	大豆・えび			たまねぎ	小麦粉 とうもろこしでん粉	なたね油・米ぬか油		
	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	すけとうだら			7:542	じゃがいもでん粉	なたれる曲・木ぬが、曲		
	ごはん・飲用牛乳	豆腐・ぶた肉	飲用牛乳		だいこん・ごぼう	ごはん		807 34. 9	
	豚汁	豆みそ・けずりぶし		にんじん	根深ねぎ				
2 木	納豆巻き	納豆 まぐろ (油漬)	チーズ	パセリ		砂糖			
	じゃがいもとツナのうま煮	けずりぶし		にんじん	たまねぎ	じゃがいも・砂糖			
	手巻きのり		のり ************************************			>,,			
	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳		はくさい・だいこん	ごはん		851 28. 7	
3 金	米粉だんご汁	けずりぶし		にんじん	ごぼう・根深ねぎ	米粉だんご			
	糸切昆布の炒め煮	ぶた肉・けずりぶし	こんぶ	にんじん		じゃがいも・砂糖	ごま油・米ぬか油		
	ししゃもフライ	大豆	からふとししゃも			小麦粉 キャッサバでん粉	米ぬか油		
	ごはん・飲用牛乳 月見献立		飲用牛乳			ごはん			
	<u>いものこ汁</u> ごぼうサラダ	とり肉・けずりぶし		にんじん	だいこん・根深ねぎ	さといも	ごま	890	
6 月	◇マヨネーズ風ドレッシング			にんじん	キャベツ・ごぼう きゅうり	砂糖	こま マヨネーズ風ドレッシング		
	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			
	月元にNC					月見だんご			
	ごはん・飲用牛乳	数有数 1. 1. ch	飲用牛乳	1- / 1 /		ごはん		785 30. 1	
7 火	高野豆腐の卵とじ	鶏卵・とり肉 凍り豆腐・けずりぶし		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも・砂糖			
	磯香あえ		のり	にんじん	キャベツ・もやし	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		
	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		849 27. 7	
	麦みそ汁	麦みそ・油揚げ けずりぶし		にんじん	だいこん・はくさい 根深ねぎ	じゃがいも			
8 水	和風サラダ・◇和風ドレッシング	まぐろ(油漬)		にんじん	キャベツ・きゅうり	砂糖	ごま 和風ドレッシング		
	レパーとこんにゃくの甘辛煮	とり肉・とりレバー			こんにゃく	とうもろこしでん粉	和風トレッシンク		
	ごはん・飲用牛乳	CAN CALL	飲用牛乳		27012 (2)	じゃがいもでん粉・砂糖ごはん	УКОВИ-ИЩ	799 32. 1	
		生揚げ・ぶた肉	数用干孔	1- / 1 /	+*1 / 1 . = 48	砂糖			
9 木	だいこんのそぼろ煮	けずりぶし		にんじん ほうれんそう	だいこん・しょうが	じゃがいもでん粉			
	おかかあえ	かつお節		にんじん	キャベツ・もやし	砂糖			
	いかフライ	いか				小麦粉 とうもろこしでん粉	米ぬか油		
	米粉パン・飲用牛乳		飲用牛乳			米粉パン		804 33. 6 811 28. 5	
10 金	炒めビーフン	ぶた肉・はんぺん		にんじん	キャベツ・紅しょうが	ビーフン・砂糖	米ぬか油		
10 亚	ミックスフルーツ				パインアップル・黄桃				
	ショウロンポウ	とり肉・ぶた肉			しょうが・たまねぎ	小麦粉・砂糖 じゃがいもでん粉			
	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん			
	さつまいものみそ汁	豆腐・麦みそ 豆みそ・けずりぶし		にんじん	だいこん・ごぼう 根深ねぎ	さつまいも			
14 火	きのこごはん	とり肉・油揚げ		にんじん	しめじ・えのきたけ	砂糖			
	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	なたね油・米ぬか油		
	ごはん・飲用牛乳	73 2 03	飲用牛乳		0 6 7 10 7 2 6 16 2	キャッサバでん粉 ごはん	とうもろこし油		
	すきやき風煮	ごた内・焼き豆腐			はくさい・こんにゃく	生ふ・砂糖		\dashv	
15 水		ぶた肉・焼き豆腐			根深ねぎ・えのきたけ			789 32. 4	
	ごま酢あえ				サヤヘツ・きゅうり	砂糖	ごま		
	厚焼き卵	かつお・鶏卵 かつおだし				キャッサバでん粉 砂糖	なたね油・パーム油		
	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん			
10	ピリット厚揚げ	生揚げ・ぶた肉		にんじん	はくさい・根深ねぎ しいたけ・にんにく	はるさめ・砂糖 じゃがいもでん粉	米ぬか油・ごま油	857 31. 1	
16 木	棒々鶏 (パンパンジー) ◇棒々鶏ソース	とり肉(蒸)			キャベツ・きゅうり				
	◇棒々鶏ソース 大学いも					さつまいも・砂糖	米ぬか油		
+	りんごパン・飲用牛乳		飲用牛乳			りんごパン		854 33. 3	
	ポークビーンズ	大豆・ぶた肉 ベーコン		にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも・砂糖			
17 金		···			キャベツ・きゅうり		4-4-1-34		
	フレンチサラダ			にんじん	スイートコーン レモン果汁	砂糖	なたね油		
	ウインナー	ウインナー							
	ごはん・飲用牛乳たべまるの		飲用牛乳		19. –	ごはん			
20 =	豆乳のバランスみそ汁 ^{おすすめ}	豆乳・米みそ 油揚げ・けずりぶし		にんじん	だいこん・はくさい 根深ねぎ	じゃがいも		803	
20 月	おひたし			ほうれんそう にんじん	キャベツ・もやし	砂糖		28. 8	
	さばの塩焼き	さば		. = . 5 5 7 0			1		
		1	1	1	1	1	1		

	献立名	主に体の組織をつくる食品群		主に体の調子を整える食品群		主にエネルギーになる食品群		エネルギー	
日曜		1群 2群		3群 4群		5群	6群	(kcal) ・ たんぱく質	
		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	- たんぱく質 (g)	
	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		841 28. 7	
	五目スープ	豆腐・ベーコン		チンゲンサイ にんじん	たけのこ	はるさめ じゃがいもでん粉			
21 火	ビビンバ井	ぶた肉		ほうれんそう にんじん	もやし・しょうが	砂糖	ごま油・ごま 米ぬか油		
	春巻き	ぶた肉		にら・にんじん	キャベツ・もやし エリンギ	小麦粉・水あめ じゃがいもでん粉	大豆油・米ぬか油		
	ツイストパン・飲用牛乳		飲用牛乳			ツイストパン		830 30. 9	
	ポトフ	ウインナー		にんじん	たまねぎ・だいこん	じゃがいも			
22 가	゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚゚	まぐろ(油漬)			キャベツ・きゅうり スイートコーン		フレンチドレッシング		
	ハンバーグ	大豆・とり肉・ぶた肉			たまねぎ	とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉	なたね油・パーム油 ラード・ひまわり油		
	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		811 33. 4	
	とよたのみそ汁	豆みそ・油揚げ けずりぶし		葉ねぎ	はくさい・だいこん しいたけ	さといも			
23 木	とよたチャンプルー ひま	生揚げ・ぶた肉・鶏卵かつお節		にんじん	たまねぎ		ごま・米ぬか油		
	あゆの一夜干し揚げ	あゆ					米ぬか油		
	ブルーベリーゼリー				ブルーベリーゼリー				
	豊田めん・飲用牛乳		飲用牛乳			豊田めん		802 31.6	
	ミートソースかけ	ぶた肉		トマト・にんじん	たまねぎ・グリンピース	じゃがいもでん粉・砂糖	米ぬか油		
24 金	コールスローサラダ			にんじん	キャベツ・きゅうり		コールスロードレッシング		
	さかなナゲット	大豆・いか・あじ たら・たちうお・いわし			たまねぎ	小麦粉・砂糖	大豆油		
	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん			
	いりどり	とり肉・はんぺん けずりぶし		にんじん さやいんげん	こんにゃく・ごぼう れんこん	砂糖	ごま油・米ぬか油	799 30. 1	
27 月	アーモンドあえ			ほうれんそう にんじん	キャベツ・もやし	砂糖	アーモンド		
	豆腐しんじょ	大豆・いとよりだい すけとうだら			たまねぎ・えだまめ	やまいも キャッサバでん粉	なたね油		
	ごはん・飲用牛乳	7.7.2.7.2.3	飲用牛乳			ごはん		767 28. 3	
	けんちん汁	豆腐・けずりぶし		にんじん	だいこん・ごぼう				
28 火		油揚げ	- / 5*		根深ねぎ	砂糖	トマトドレッシング		
	りつらやんの元気サブダ	ハム・かつお即	こんぶ	にんじん	スイートコーン	小麦粉	オリーブ油		
	ほっけフライ・◆ウスターソース	大豆・ほっけ				イタの キャッサバでん粉 とうもろこしでん粉	米ぬか油		
	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		825 28. 4	
20 -	キムチスープ	豆腐・米みそ		にんじん	だいこん・キムチ 根深ねぎ				
29 가	中華サラダ	まぐろ(油漬)		にんじん	キャベツ・きゅうり	はるさめ	たまねぎドレッシング		
	とり肉のから揚げ	とり肉			しょうが	じゃがいもでん粉	米ぬか油		
	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		829 29. 5	
	おでん	生揚げ・うずら卵 ちくわ・けずりぶし	こんぶ		だいこん・こんにゃく	さといも			
30 木	ゆかりあえ			にんじん・しそ(粉)	キャベツ・きゅうり もやし	砂糖			
	肉みそ	ぶた肉・豆みそ				砂糖			
	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		838 27. 4	
	パスタスープ	ベーコン		にんじん・パセリ	キャベツ・たまねぎ	マカロニ			
31 金	パンプキンサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング			かぼちゃ	きゅうり スイートコーン		マヨネーズ風ドレッシング		
	お豆のドライカレー	ぶた肉・大豆		にんじん	たまねぎ	小麦粉	1	+	

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」
- ・・・ごはん、麦ごはん、米粉パン
- ●小麦「きぬあかり」

●大豆「フクユタカ」

- ・・・スライスパン、ツイストパン 豊田めん
- - ・・・水煮大豆、豆腐、油揚げ 生揚げ、焼き豆腐、納豆
- ●あゆ●ぶた肉「とよたひまわりポーク」
- ●しいたけ ●なたね油 ●はくさい・・・キムチ
- ●ブルーベリー···ブルーベリーゼリー

6日(月)月見献立



6日は「十五夜」です。 収獲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。

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、油揚げ
- ★とよたチャンプルー
- …生揚げ、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

<今月の季節の食材>



かつお



さつまいも









りんご



きのこ







とよた給食ニュース

「とよた給食ニュース10月号」を 3日(金)に配信します。下のイラスト 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。



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



▲豊田市クックパッド公式キッチンはこちらから

