

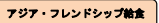
2026年度

10月



学校給食献立一覧表

稲武給食センター
豊田市教育委員会

日	曜日	献立名	赤のグループ 主に体をつくるものとなる食品		緑のグループ 主に体の調子を整えるものとなる食品		黄のグループ 主にエネルギーのもととなる食品		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	米・パン・めん いも・砂糖	油脂・種実	
1	木	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		663 27.4
		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 砂糖 じゃがいもでん粉		
		たくあんあえ				キャベツ きゅうり たくあん漬	砂糖	ごま	810 32.5
		いわしの梅煮	いわし			梅干し	砂糖 じゃがいもでん粉		
2	金	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		673 23.1
		さつま汁	けずりぶし ミックスみそ		にんじん	だいこん 根深ねぎ	さつまいも		
		はくさいの昆布あえ		こんぶ	にんじん ほうれんそう	はくさい	砂糖		805 27.8
		とり肉のてりかけ	とり肉				じゃがいもでん粉 砂糖	米ぬか油 ごま	
5	月	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		630 21.7
		じゃがいもとツナのうま煮	まぐろ(油漬)		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも 砂糖		
		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	815 27.3
		卵と豆腐のしんじょ	すけとうだら 鶏卵 豆腐		にんじん	グリーンピース	砂糖 小麦粉 じゃがいもでん粉	大豆油	
6	火	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		643 25.7
		麻婆豆腐	豆腐 ぶた肉 豆みそ		にんじん	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	
		もやしのナムル			にんじん	もやし きゅうり		中華ドレッシング(ごま)	814 31.4
		ぎょうざ	とり肉 ぶた肉 大豆		にら	キャベツ たまねぎ	キャッサバでん粉 小麦粉 とうもろこしでん粉	ラード	
7	水	りんごパン 飲用牛乳		飲用牛乳			りんごパン		682 25.3
		さつまいものクリームスープ	ベーコン	牛乳 チーズ 脱脂粉乳	にんじん	たまねぎ	さつまいも	生クリーム バター ベシャメルソース	
		フレンチサラダ				キャベツ きゅうり スイートコーン レモン果汁	砂糖	なたね油	850 30.7
		ハンバーグのきのこソースかけ	大豆・とり肉・ぶた肉			しめじ えのきたけ たまねぎ	とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉 砂糖	なたね油 バーム油 ひまわり油 とうもろこし油	
8	木	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		666 31
		味付けのり		のり					
		なめこのみそ汁	豆腐 油揚げ けずりぶし 豆みそ		にんじん	はくさい 根深ねぎ なめこ			816 36.7
		五目豆	大豆 ぶた肉 けずりぶし	こんぶ	にんじん さやいんげん		砂糖		
9	金	さばの煮つけ	さば			しょうが	砂糖		
	9	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		652 30.1
		つくね汁	肉だんご 油揚げ けずりぶし		にんじん	だいこん 根深ねぎ			
		ぶたみそ炒め	ぶた肉 豆みそ		にんじん さやいんげん	たまねぎ しょうが	砂糖 じゃがいもでん粉	なたね油	801 36.1
		磯香あえ	まぐろ(油漬)	のり	こまつな	キャベツ	砂糖	ごま	
13	火	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		633 26.9
		えびとはるさめのスープ	えび		にんじん チンゲンサイ	たけのこ もやし しめじ	はるさめ じゃがいもでん粉		
		ガバオライス 	とり肉		赤ピーマン ピーマン パプリカ	たまねぎ にんにく	砂糖	ごま油	803 32.9
		たらフリッター 	すけとうだら				とうもろこしでん粉 じゃがいもでん粉 米粉 キャッサバでん粉 小麦粉	なたね油 ラード 米ぬか油	
14	水	スライスパン 飲用牛乳		飲用牛乳			スライスパン		659 29.4
		ラ・フランスジャム					ラ・フランスジャム		
		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		814 35.2
		コールスローサラダ	まぐろ(油漬)			キャベツ きゅうり スイートコーン		コールスロードレッシング	
15	木	マカロニグラタン	とり肉	牛乳 チーズ	ほうれんそう	たまねぎ	マカロニ	バター 米粉のホワイトルウ	
	15	豊田めん 飲用牛乳		飲用牛乳			豊田めん		645 29.9
		野菜あんかけめん	ぶた肉 かまぼこ けずりぶし		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ キャベツ もやし しょうが	じゃがいもでん粉	ごま油	
		はくさいのごまあえ	とり肉		にんじん	はくさい もやし	砂糖	ごま	802 36.4
		ししゃものなんばん漬		ししゃも		根深ねぎ	砂糖 小麦粉 とうもろこしでん粉 コーンフラワー	米ぬか油	
16	金	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		682 26.8
		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		
		ゆかりあえ			しそ(粉)	キャベツ きゅうり もやし			800 31.2
		肉だんご	とり肉 ぶた肉 大豆		にんじん	たまねぎ ごぼう れんこん 根深ねぎ	小麦粉	ごま油 ごま	
19	月	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		648 23.6
		のつべい汁	けずりぶし		にんじん	だいこん 根深ねぎ こんにゃく	さといも じゃがいもでん粉	ごま油	
		茎わかめサラダ		くわかめ		きゅうり キャベツ		ごま ごまドレッシング	—
		レバーと大豆のみそがらめ	とりレバー 大豆 とり肉 豆みそ			しょうが	じゃがいもでん粉 砂糖	米ぬか油 ごま	—
20	火	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		693 33
		だいごんのそぼろ煮	とり肉 生揚げ けずりぶし		にんじん	だいこん しょうが	じゃがいもでん粉 砂糖		
		ひじきと大豆のサラダ(カレー風味)	大豆 まぐろ(油漬)	ひじき		スイートコーン	砂糖		850 39.4
		さんまの銀紙焼き	さんま 米みそ				砂糖 米粉		

日	曜日	献立名	赤のグループ 主に体をつくるものとなる食品		緑のグループ 主に体の調子を整えるものとなる食品		黄のグループ 主にエネルギーのもととなる食品		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	米・パン・めん いも・砂糖	油脂・種実	
21	水	米粉パン 飲用牛乳		飲用牛乳			米粉パン		645
		肉だんごの中華スープ	肉だんご		にんじん	はくさい 根深ねぎ しょうが	じゃがいもでん粉		26.6
		炒めビーフン	ベーコン さつま揚げ		こまつな にんじん	キャベツ	ビーフン 砂糖	なたね油	803
		焼きプリン	鶏卵	牛乳			砂糖	生クリーム	33
22	木	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		652
		すき焼き風煮	ぶた肉 焼き豆腐			はくさい 根深ねぎ しらたき	生ふ 砂糖		28.9
		青菜あえ			にんじん 菜めし粉	キャベツ もやし			800
		いわしのしょうが煮	いわし			しょうが	砂糖 じゃがいもでん粉		34
23	金	粟五目ごはん 飲用牛乳	とり肉 油揚げ	飲用牛乳	にんじん	しいたけ 根深ねぎ	ごはん 砂糖 くり		675
		つみれ汁	つみれ けずりぶし		にんじん こまつな	だいこん			24.7
		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	806
		乾燥小魚		かたくちいわし			水あめ 砂糖		28.2
26	月	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		641
		八宝菜	ぶた肉 うずら卵		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ はくさい もやし	じゃがいもでん粉		27.3
		海藻サラダ	とり肉	わかめ こんぶ ふのり とさかのり	にんじん	キャベツ きゅうり	砂糖	ごま油	807
		しゅうまい	ぶた肉 とり肉 大豆 すけとうだら			たまねぎ	じゃがいもでん粉 小麦粉 砂糖	ごま油 ラード	33.5
27	火	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		654
		ふりかけ（野菜と雑穀）					ふりかけ（野菜と雑穀）		19.9
		沢煮わん	ベーコン けずりぶし		にんじん ほうれんそう	たけのこ	はるさめ		801
		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	23.2
28	水	ほっけフライ	大豆 ほっけ				小麦粉 キャッサバでん粉 とうもろこしでん粉	米ぬか油	
		ツイストパン 飲用牛乳		飲用牛乳			ツイストパン		614
		ポークビーンズ	ぶた肉 大豆		にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも 砂糖		24.9
		りんごサラダ				りんご(生) キャベツ きゅうり		フレンチドレッシング	804
29	木	ほうれんそうのオムレツ	鶏卵		ほうれんそう		とうもろこしでん粉	大豆油	31.9
		ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		670
		とよたのみそ汁	豆腐 油揚げ 豆みそ		葉ねぎ	しいたけ	じゃがいも		31.2
		生揚げチャンプルー	豚肉 鶏卵 生揚げ かつお節		にんじん ビーマン	たまねぎ		ごま なたね油	821
30	金	あゆの一夜干し揚げ		あゆ				米ぬか油	36.3
		ブルーベリーゼリー				ブルーベリーゼリー			
		チキンピラフ 飲用牛乳	とり肉	飲用牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ スイートコーン	麦ごはん	オリーブ油	671
		豆 ³ (まめまめまめ)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	じゃがいも		24.5
		かぼちゃのハートコロッケ	大豆 とり肉		かぼちゃ	たまねぎ	小麦粉 砂糖 コーングリッツ	なたね油 大豆油 米ぬか油	841
									28.8

10月の目標「食事のマナーを守って食べよう」

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」 ……スライスパン、ツイストパン
豊田めん
- 大豆「フクユタカ」 ……水煮大豆
- あゆ ●しいたけ ●なたね油
- ブルーベリー…ブルーベリーゼリー



<今月の季節の食材>



13日(火)アジア・フレンドシップ給食

愛知県の各地で10月4日までアジア競技大会が開催されています。10月18日から10月24日までの7日間、アジアパラ競技大会も開催されます。
給食では参加国にちなんだ献立を実施します。
10月は、タイの料理や食品を取り入れた献立です。

タイの国旗



- ・ガパオライス
- ・えびとはるさめのスープ

29日(木)豊田ブランドの日

- ★ごはん…米「大地の風」
- ★とよたのみそ汁…しいたけ
- ★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



とよた給食ニュース

「とよた給食ニュース10月号」を2日(金)に配信します。
下のイラストをタップし、「令和8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、30日(金)の【豆³(まめまめまめ)のスープ】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



※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。

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●