



2024年

きゅうしょく こんだて表 10月

清須市学校給食センター



日	曜	献立名	主な材料とその働き					
			体をつくるもとになる		体の調子を整えるもとになる		エネルギーのもとになる	
			1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 ごはん・パン・めん・いも・砂糖	6群 油脂・種実
1	火	ごはん 牛乳 さんまの竜田揚げ 新香あえ すまし汁	さんま	牛乳		だいこん漬け キャベツ えのきたけ はくさい	ごはん でんぷん	あぶら ごま
2	水	ごはん 牛乳 豚丼 即席漬け みそ汁	豚肉	牛乳 こんぶ	さやいんげん にんじん	たまねぎ こんにゃく しいたけ だいこん きゅうり はくさい えのきたけ ねぎ	ごはん さとう	
③	木	㊦サンドイッチバンズパン 牛乳 ハンバーグ		牛乳			パン さとう	
		「ハンバーグ」	鶏肉			たまねぎ キャベツ		あぶら
		ボイルキャベツ				キャベツ		
		㊦コーンクリームスープ	鶏肉	牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし		
4	金	ごはん 牛乳 いわしのしょうが煮 しそひじきあえ	いわし	牛乳		しょうが キャベツ もやし しその実	ごはん さとう	
		「しそ味ひじき」		ひじき	こまつな	たまねぎ ぶなしめじ ねぎ しょうが	さとう	あぶら
		ちゃんこ汁	鶏肉 豆腐		にんじん			
7	月	ごはん 牛乳 じゃがいものうま煮 ゆかりあえ 吉野汁	豚肉 はんぺん	牛乳	にんじん さやいんげん 赤じそ こまつな	こんにゃく キャベツ もやし はくさい だいこん	ごはん じゃがいも さとう	
8	火	うどん 牛乳 五目うどん ちくわの磯辺揚げ わらびもち	鶏肉 油揚げ ちくわ	牛乳 青のり	にんじん	はくさい しいたけ ねぎ	うどん	
							こむぎこ でんぷん	あぶら
9	水	ごはん 牛乳 さばの銀紙焼き ごまあえ しんじょう汁	さば みそ	牛乳			ごはん さとう	
		「しんじょう」	魚肉		ほうれんそう こまつな にんじん	もやし はくさい だいこん えのきたけ キャベツ とうもろこし	さとう	ごま
10	木	ごはん 牛乳 ビビンバ キムチスープ ブルーベリーゼリー	牛肉 豚肉	牛乳	ほうれんそう にんじん にら	しいたけ ぜんまい にんにく もやし はくさいキムチ はくさい たまねぎ	ごはん さとう	あぶら ごま ごまあぶら
11	金	ごはん 牛乳 しのだ煮のあんかけ 和風サラダ 豚汁	豆腐 油揚げ 魚肉	牛乳 ひじき わかめ	にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし こんにゃく ごぼう だいこん ぶなしめじ ねぎ	ごはん でんぷん さとう	あぶら ドレッシング
15	火	ごはん 牛乳 いかカツ きんぴらごぼう 呉汁	いか 豚肉 はんぺん 大豆 みそ 豆腐	牛乳	にんじん さやいんげん こまつな	ごぼう こんにゃく えのきたけ だいこん ねぎ	ごはん こむぎこ パンこ	あぶら ごま ごまあぶら
16	水	ごはん 牛乳 ハヤシライス ブロッコリーのサラダ ミニみかんゼリー	豚肉 ハム	牛乳	にんじん トマト ブロッコリー	たまねぎ グリンピース きゅうり とうもろこし	ごはん じゃがいも	ドレッシング
①⑦	木	ごはん 牛乳 赤魚のみりん焼き 磯煮	赤魚 鶏肉	牛乳 ひじき			みかんゼリー ごはん	
		㊦かきたま汁	かまぼこ 鶏卵		にんじん さやいんげん みつば	とうもろこし えのきたけ	さとう	
							でんぷん	
18	金	ごはん 牛乳 愛知の肉だんご おひたし さつま汁	鶏肉 豚肉 大豆 豆腐	牛乳		たまねぎ れんこん はくさい もやし ごぼう だいこん ぶなしめじ ねぎ	ごはん さとう	あぶら
		「食育の日」	豚肉 みそ		にんじん	さとう	さつまいも	
21	月	ごはん 牛乳 鶏肉の香味焼き 梅風味あえ	鶏肉	牛乳		にんにく だいこん キャベツ きゅうり	ごはん さとう	ごまあぶら
		「梅ごはんのもと」	かつおぶし		赤じそ	うめ	さとう	
		けんちん汁	豆腐 油揚げ		にんじん こまつな	ごぼう	さといも	
22	火	ごはん 牛乳 かつおのおかか煮 豚肉と大根の煮物 白みそ汁	かつお かつおぶし 豚肉 厚揚げ	牛乳	にんじん さやいんげん	だいこん こんにゃく たまねぎ ねぎ	ごはん さとう	
			油揚げ みそ	わかめ			じゃがいも	
23	水	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 愛知の野菜入り春巻き フルーツポンチ	豚肉 豆腐 みそ 鶏肉	牛乳		たまねぎ たけのこ しいたけ ねぎ しょうが にんにく キャベツ れんこん パイン 黄桃	ごはん さとう でんぷん	あぶら ごまあぶら
					にんじん		さとう こむぎこ	あぶら
24	木	ごはん 牛乳 白ごまつくね ささみとひじきのさっぱりあえ あわせみそ汁	鶏肉 鶏レバー 鶏ささみ油漬け	牛乳 ひじき		たまねぎ とうもろこし だいこん ねぎ	ごはん パン粉 さとう	ごま あぶら
			油揚げ 豆腐 みそ	わかめ			さとう	ごまあぶら
②⑤	金	麦ごはん 牛乳 ㊦カレーライス(アレルギー対応カレー) ビーンズサラダ	豚肉 ハム 大豆	牛乳 チーズ	にんじん	たまねぎ えだまめ きゅうり とうもろこし	麦ごはん じゃがいも	あぶら
		㊦キャンディチーズ(ミニりんごゼリー)		チーズ			ひよこまめ	ドレッシング
		ごはん 牛乳		牛乳				
28	月	キムタクごはんの具 コロケ わかめスープ	豚肉 豚肉 牛肉 豆腐	牛乳	にんじん にんじん パセリ	はくさいキムチ たくあん たまねぎ たまねぎ たけのこ ねぎ	ごはん さとう	ごまあぶら
				わかめ			じゃがいも さとう パンこ こむぎこ	あぶら
②⑨	火	ごはん 牛乳 ㊦厚焼き卵(平つくね) みそおでん	鶏卵 豚肉 みそ ちくわ はんぺん	牛乳			ごはん さとう	
		からしあえ			にんじん こまつな	こんにゃく だいこん もやし はくさい	さといも さとう	
							さとう	
30	水	ごはん 牛乳 チキンカツ 青菜あえ のっぺい汁	鶏肉 鶏肉 豆腐	牛乳		キャベツ もやし だいこん	ごはん パンこ こむぎこ	あぶら
					にんじん ひしお ねぎ だいこん		さとう	
③①	木	㊦クロスロールパン 牛乳 ウインナー		牛乳			さといも でんぷん	
		コールスロー	ウインナー			キャベツ きゅうり	パン	
		㊦パンパキンポタージュ	ベーコン	牛乳	かぼちゃ パセリ	たまねぎ		ドレッシング

☆☆☆ 毎月19日は食育の日 ☆☆☆

今月は、愛知県産の「さつまいも」を使った、「さつま汁」を作ります。さつまいものほのかな甘さと、ごぼう、だいこん、しめじなど、野菜たっぷりのみそ汁を楽しんでくださいね。

※今月は愛知県産のさつまいも、みつば、じゃがいもを使用する予定です。■部分

※献立内容や食材は、都合により変更する場合があります。

※使用する食材は、6つの基礎食品群の分類を基本に記載しています。微量な食品や調味料などは記載していません。特定原材料の使用については、「特定原材料等一覧表」でご確認ください。

(特定原材料等一覧表は、各学校から希望者に配布しています。また、清須市のホームページから見るができます)

※清須市では卵・乳アレルギー対応食を実施しています。(対応食がある日に○)

卵成分を含む献立には、献立表の前に㊦でお知らせします。代替食がある場合には()に記載します。

乳成分を含む献立には、献立表の前に㊦でお知らせします。代替食がある場合には()に記載します。

(乳アレルギー対象者の牛乳の代替食は「豆乳」、乳成分を含む主食の代替食は「ごはん」です)