

令和7年10月献立のお知らせ

第三田名部小学校

	こんだて		おもな食品	お知らせ	
1 水	あげパン (ココア)		わかめスープ ポテトサラダ 丸むきみかん	パン、わかめ、玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、ミックスベジタブル、きゅうり、マヨネーズ、みかん、ココア粉	2・5年白衣洗濯日
2 木	ごはん		ニラととうふのみそ汁 肉入り信田(しのだ) 鉄骨サラダ	ごはん、とうふ、ニラ、油揚げ、肉入り信田、ひじき、チーズ、コーン、枝豆、にんじん、しょう油ドレッシング	3・4年白衣洗濯日
3 金	塩ラーメン		塩ラーメン いか小判 ラムネゼリー	めん、ぶた肉、キャベツ、玉ねぎ、にんじん、もやし、長ねぎ、なると、きくらげ、いか小判、ラムネゼリー	
6 月	さつまいも ごはん		すまし汁 月見ハンバーグ のりあえ 月見クレープ	ごはん、さつまいも、かまぼこ、しいたけ、三つ葉、月見ハンバーグ、キャベツ、にんじん、もやし、のり、カニカマ、クレープ	
7 火	チキン カレー		チキンカレー 福神漬け ぶどうフルーチェ	ごはん、とり肉、玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、マッシュルーム、ルー、ケチャップ、チャツネ、バター、りんごクリーム、にんにく、ウスターソース、福神漬け、フルーチェ、牛乳、ぶどう缶	1・6年白衣洗濯日
8 水	丸パン		卵スープ チキンカツ パックソース シルバーサラダ	パン、卵、ほうれん草、長ねぎ、チキンカツ、パックソース、春雨、ハム、錦糸玉子、きゅうり、にんじん、マヨネーズ	2・5年白衣洗濯日
9 木	ごはん		生揚げともやしのみそ汁 いわししょうが煮 切り干し炒め煮	ごはん、生揚げ、もやし、長ねぎ、いわし、切り干し大根、さつま揚げ、にんじん、糸こんにゃく	3・4年白衣洗濯日
10 金	みそ うどん		みそうどん ほうれん草ツナあえ 目の愛護(あいご)ゼリー	めん、とり肉、ごぼう、にんじん、小松菜、油揚げ、かまぼこ、長ねぎ、しいたけ、にんにく、しょうが、ほうれん草、ツナ、もやし、ゼリー	
14 火	マーボー 丼		マーボー丼 ワンタンスープ りんご	ごはん、とり肉、とうふ、長ねぎ、マーボーどうふのもと、にんにく、しょうが、ワンタン、小松菜、竹の子、にんじん、しいたけ、りんご	1・6年白衣洗濯日
15 水	食パン		ブラウンシチュー ベーコンポテトバーグ 水菜のサラダ りんごジャム	パン、ミートボール、玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、マッシュルーム、ルー、バター、ポテトバーグ、水菜、もやし、枝豆、コーン、しょう油ドレッシング、ジャム	2・5年白衣洗濯日
16 木	ごはん		おろしとなめこのみそ汁 あじフライ パックしょう油 キャベツチキンボン酢あえ	ごはん、大根おろし、なめこ、長ねぎ、あじフライ、パックしょう油、キャベツ、もやし、にんじん、チキン、ボン酢	3・4年白衣洗濯日
17 金	みそ ラーメン		みそラーメン 肉まん 和梨ゼリー	めん、ぶた肉、キャベツ、玉ねぎ、にんじん、もやし、長ねぎ、なると、きくらげ、コーン、にんにく、しょうが、肉まん、ゼリー	
20 月	えびクリーム ライス		えびクリームライス 福神漬け ごまドレサラダ	ごはん、むきえび、マッシュルーム、じゃがいも、玉ねぎ、ルー、牛乳、福神漬け、キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン、茎ブロッコリー、ハム、ごまドレッシング	
21 火	ごはん		中華スープ ビーフン炒め 桃まん	ごはん、とり肉、もやし、にんじん、竹の子、長ねぎ、きくらげ、しいたけ、ぶた肉、ビーフン、玉ねぎ、キャベツ、桃まん	1・6年白衣洗濯日
22 水	クロワッサン		ポトフ ミートパンネ チーズ	パン、ミートボール、じゃがいも、マッシュルーム、ブロッコリー、玉ねぎ、にんじん、キャベツ、にんにく、とり肉、パンネ、トマトソース、チーズ	2・5年白衣洗濯日
23 木	ごはん		白菜のとりみ汁 納豆 いりどりシュウマイ	ごはん、とり肉、白菜、にんじん、玉ねぎ、小松菜、油揚げ、納豆、シュウマイ	3・4年白衣洗濯日
24 金	カレー うどん		カレーうどん もやし炒め ぶどうヨーグルト	めん、ぶた肉、玉ねぎ、にんじん、長ねぎ、油揚げ、しいたけ、かまぼこ、ルー、とり肉、もやし、ニラ、ぶどうヨーグルト	
28 火	さけ ごはん		かき玉汁 かぼちゃコロッケ パックソース 野菜ととうふのみそあえ	ごはん、さけ、卵、竹の子、にんじん、水菜、かぼちゃコロッケ、パックソース、とうふ、キャベツ、もやし、きゅうり、みそドレッシング	1・6年白衣洗濯日
29 水	ホット ドッグ		トマトスープ ロングウイナー ケチャップ コールスローサラダ	パン、とり肉、にんじん、キャベツ、玉ねぎ、マッシュルーム、トマトピューレ、ウイナー、コーン、茎ブロッコリー、コールスロードレッシング、ケチャップ	2・5年白衣洗濯日
30 木	ごはん		高野どうふとわかめのみそ汁 あじ塩こうじ焼き ブロッコリーマヨ炒め	ごはん、高野どうふ、わかめ、長ねぎ、あじ、ブロッコリー、にんじん、かつお節、マヨネーズ	3・4年白衣洗濯日
31 金	ナポリタン		ナポリタン ハロウィンハンバーグ いりどりサラダ ハロウィンパパロア	めん、ウイナー、玉ねぎ、ピーマン、マッシュルーム、トマトピューレ、ケチャップ、バター、にんにく、ハンバーグ、ブロッコリー、かまぼこ、キャベツ、にんじん、紫キャベツ、パプリカ、イタリアンドレッシング、パパロア	

◎都合により献立が変更になることがあります。

10月の給食のめあて

す きら か た
好き嫌いをしないで、よく噛んで食べよう。

あいご たいせつ
愛護…大切にすること



10月10日は
目の愛護デー

