

2024年度10月分 小学校給食こんだて表

岸和田市教育委員会

秋といえば、「読書の秋」「スポーツの秋」、そして『食欲の秋』ですね。
少し気温が下がり、食欲が出てくる頃ではないでしょうか。給食で秋の味覚を楽しみましょう。

月

7

ごはん

こめ
ごまふりかけ

せんぎりだいこんのピリからに

あつあげのみそしる

14

スポーツの日

岸和田市
実施基準

今月の平均

エネルギー
(キロカロリー)

たんぱく質
(パーセント)

脂質
(パーセント)

625

575

13〜20

15

20〜30

30

火

1

ツナピラフ

こめ
まぐろあぶらづけ
にんじん
ホールコーン

さんどまめ
チキンピュオン
りょうりしゅ
しお・こしょう

ベーコンとこまつなのソテー

オニオンスープ

8

ごはん

こめ
のりのつくだに

ぶたじゃが

ツナとやさいのおかかいため

15

ごはん

こめ

さけのしおこうじやき

こもくまめ

みそしる

水

2

コッペパン

クロquette

ちゅうのうソース

ミネストローネ

9

コッペパン

きびなごのポテごころもフライ

とうふのカレーに

ちゅうかスープ

16

コッペパン

いためビーフン

やさいのようふうに

あおねぎ

木

3

コッペパン

とりにくのみかんジュースに

ポトフ

キャロットスープ

クマラスープ

10

コッペパン

ハムとポテのオープンやき

キャロットスープ

スライスチーズ

ピザソース

クマラスープ

17

バーガーパン

スライスチーズ

ピザソース

クマラスープ

けんりょうコッペパン

あげそば

あげそばのあん

とりにくだんこのあまずし

ポテのトマトソースに

レタススープ

金

4

ごはん

こめ

さばのみそに

さわにわん

11

きのごはん

こめ

あぶらあげ

しいたけ

ぶなしめじ

まいたけ

たらなたつたあげ

すましじる

わかめ

18

ごはん

こめ

ヒビンバのぐ

わかめスープ

25

さつまいもごはん

こめ

さつまいも

ちくわとこんにゃくのごまいため

とうふとあぶらあげのみそしる

28

ごはん

こめ

ドライカレーのぐ

はくさいスープ

29

けんりょうごはん

こめ

ほうとう

ツナとはくさいのにももの

30

コッペパン

あつあげのちゅうかに

だいがくいも

31

コッペパン

ポテのトマトソースに

レタススープ

みかん

★年間もくひょう★

なかよく楽しく食事をしよう

☆10月のもくひょう☆

いろいろな食べものを知ろう

★「アレルギー情報」はこちら

岸和田市 小学校 給食献立

検索