



令和8年 10月

給食予定献立表 (15回)



静岡大学教育学部附属浜松小中学校

日付	曜日	牛乳	献立名	アレルギー				お も な 材 料				小学校 (3,4年)		中学校
				乳製品	卵	小麦	えび・かに	落花生	体をつくる (赤色の食品)	体の調子を整える (緑色の食品)	エネルギーになる (黄色の食品)	その他	I類 (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 食塩 (g)	I類 (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 食塩 (g)
1	木		ごはん							ごはん		660 23.0 21.8 1.6	796 27.4 23.1 2.1	
			いもに					ぎゅうにく	ごぼう にんじん ぶなしめじ ねぎ こんにゃく	さといも さとう	かつおだし 酒 しょうゆ みりん			
			おみづけ						はくさい こまつな		塩 しょうゆ みりん			
			ようなしのゼリー					ようなし なし	さとう でんぷん					
2	金		りんごいりパン	*		*			りんご	パン		692 24.9 26.8 2.6	856 30.1 31.9 3.3	
			さつまいもの クリームシチュー	*		*		とりにく なまクリーム ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん	さつまいも バター オリーブオイル こむぎこ	塩 こしょう 白ワイン やさいブイヨン			
			ほうれんそうのソテー					ハム	ほうれんそう	オリーブオイル	塩 こしょう			
5	月		パン	*		*				パン		560 27.3 21.6 3.9	中学校 弁当日 (もくせいの集い 予備日)	
			てづくりハムフライ			*		ハム		こむぎこ パンこ 油				
			サワーキャベツ						キャベツ		りんご酢 塩 こしょう			
			ミネストローネ			*		ベーコン いんげんまめ	たまねぎ にんじん キャベツ セロリー にんにく トマト	マカロニ オリーブオイル	塩 こしょう やさいブイヨン 赤ワイン			
6	火		ごはん							ごはん		565 25.0 21.0 1.7	715 30.3 24.3 2.1	
			さばのしおこうじやき					さば			塩こうじ			
			きりぼしだいこんのいために					ベーコン 油あげ こんぶ	きりぼしだいこん にんじん ししだけ	ごま油 さとう	かつおだし しょうゆ みりん			
			こまつなのみそしる					わかめ はままつみそ	こまつな にんじん たまねぎ なめこ		かつおだし			
7	水		お弁当の日											
8	木		ごはん							ごはん		小学校 なし (3時間 下校)	756 25.9 24.8 2.4	
			じゃがいものらあんかけ					ぶたにく	にら しょうが	じゃがいも 油 さとう でんぷん	酒 しょうゆ みりん			
			しょうゆたまご			*		うすらたまご			しょうゆ みりん			
			おすいもの					ふ わかめ	にんじん みつば		かつおだし 酒 しょうゆ 塩			
9	金		ごはん							ごはん		591 23.3 19.5 1.9	744 28.3 22.6 2.2	
			ハヤシ	*		*		ぶたにく	たまねぎ にんじん にんにく マッシュルーム トマト トマトピューレ	こむぎこ バター オリーブオイル	やさいブイヨン 塩 こしょう 赤ワイン はままつソース			
			はなやさいとツナのサラダ					まぐろみずに(ツナ)	ブロッコリー コーン カリフラワー	油 さとう	塩 こしょう しょうゆ 酢			
			めのあいごデーゼリー						ブルーベリーかじゅう	さとう				
12	祝		スポーツの日											
13	火		ソフトめん			*				ソフトめん		543 25.0 20.4 2.7	684 31.1 24.2 3.7	
			つけナポリタン	*				とりにく ウィンナー チーズ なまクリーム	たまねぎ にんじん トマト にんにく マッシュルーム さやいんげん セロリー	オリーブオイル	丼スープ こしょう 塩 トマトチャップ ウスターソース 赤ワイン			
			キャベツソテー						キャベツ コーン アスパラガス	オリーブオイル	塩 こしょう			
			りんご						りんご					
14	水		お弁当の日											
15	木		3時間下校											
16	金		研究発表会(特別日課)											

10月の給食は、さつまいも、さといも、かぼちゃ、れんこん、りんごなど、おいしい秋の食べ物が大集合です。
 昨年大好評だった手作りのりんごケーキも登場しますよ。楽しみにしていてくださいね！

日付	曜日	牛乳	献立名	アレルギー				おもな材料				小学校 (3,4年)	中学校
				乳製品	卵	小麦	えび・かに	落花生	体をつくる (赤色の食品)	体の調子を整える (緑色の食品)	エネルギーになる (黄色の食品)		
19	月		ごはん							ごはん		550 22.9 18.5 2.1	730 29.8 23.3 2.8
			こぎつねごはん					とりにく 油あげ	えだまめ コーン	油 さとう	酒 しょうゆ		
			たまごやき	*				たまご		さとう 油	かつおだし 酢 塩 しょうゆ		
			とんじる					はままつみそ ぶたにく	にんじん ごぼう ねぎ こんにゃく だいこん	さといも	かつおだし		
20	火		パン	*		*			パン		570 22.9 20.3 3.4	703 28.0 23.5 4.3	
			つくねのあまからに					とりにく・だいす(つ くね)	たまねぎ(つくね)	でんぶん・パンこ(つく ね) さとう			しょうゆ みりん
			コンソメスープ						たまねぎ にんじん キャベツ				やさいフイヨン 塩 こしょう しょうゆ
			てづくりりんごケーキ			*		とうにゅう	りんご(缶) りんごかじゅう	こむぎこ・さとう・油 (ホットケーキミックス) オリーブオイル			
21	水		お弁当の日										
22	木		ごはん						ごはん		569 20.7 20.9 1.7	743 26.5 25.3 2.1	
			ぶりフライ			*		ぶり		こむぎこ パンこ 油			塩
			はくさいのあおじそあえ						はくさい きゅうり あおじそふりかけ				塩
			かきたまじる			*		たまご とうふ	たまねぎ にんじん みつば	でんぶん			かつおだし 塩 しょうゆ
23	金		くろざとういりパン	*		*			パン くろざとう		635 21.3 27.8 2.6	789 25.9 33.4 3.3	
			あきやさいの ラタトゥイユ					ベーコン	れんこん だいこん 1/2片 トマト なす たまねぎ にんじん 切り トマトジュース にんにく	オリーブオイル			塩 こしょう 赤ワイン
			コールスローサラダ						キャベツ にんじん コーン	油・さとう(ドレッシング)			塩
26	月		ごはん						ごはん		556 24.8 14.8 1.8	710 30.2 16.8 2.3	
			さんまのかぼすレモンに					さんま	かぼす レモン	さとう でんぶん			しょうゆ みりん 塩
			だいこんのあさづけ					塩こんぶ	だいこん				塩
			げんまいだんごじる					とりにく はままつみそ	ごぼう しいたけ ねぎ	じゃがいも げんまい			かつおだし
27	火		ごはん						ごはん		643 23.7 15.9 1.5	790 28.4 24.8 1.8	
			けいちゃん					とりにく みそ	たまねぎ キャベツ もやし しょうが にんにく	油 さとう			酒 しょうゆ みりん
			たまごいりビーフンスープ	*				きんしたまご	ほうれんそう えのきたけ しいたけ	ビーフン			かつおだし 塩 しょうゆ
			さつまいもとくりのタルト					とうにゅう		さつまいもペースト さとう こめこ くり 油			
28	水		お弁当の日										
29	木	なし	ごはん						ごはん		622 22.5 18.8 2.3	772 26.4 21.8 2.9	
			パンプキンカレー			*		とりにく 	かぼちゃ トマト たまねぎ にんじん しょうが にんにく りんごソース	オリーブオイル こむぎこ・油・さとう (ワタカレー粉)			カレーこ・ホー ン(ワタカレー粉) やさいブイヨン 塩 赤ワイン トマトチャップ カレー クスターソース
			むらさきキャベツの ザワークラウト						むらさきキャベツ にんじん	オリーブオイル			りんご酢 塩 こしょう
			のむヨーグルト	*				にゅうせいひん		さとう			
30	金		メロンパン	*	*	*		たまご		パン		628 22.9 27.0 2.8	中学校 なし (3時間 下校)
			じゃがいもキッシュ	*	*			ベーコン たまご なまクリーム チーズ	たまねぎ にんじん	じゃがいも	塩 こしょう トマトチャップ		
			キャベツのジュリエンスープ					ハム	キャベツ にんじん にんにく	オリーブオイル	やさいフイヨン 塩 こしょう		
栄養基準量												650kcal	830kcal

10/27(火)附属学校 中部地区
給食リレープロジェクト
～岐阜大学附属学校～

※ アレルギー物質が使用されている献立は、横に*印がついています。ただし、加工食品（ベーコン・フライ類・デザート類など）は、十分な表記ができない場合があります。心配な場合は必ず学校へ確認をしてください。
※ 都合により、献立を変更する場合があります。