

2025年

10月予定献立表



B献立(生駒台小,横口小,生駒東小,生駒小,桜ヶ丘小)学校用
生駒市教育委員会 生駒市立生駒北学校給食センター

日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルギー	日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルギー	日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルギー		
1 日 (水)	ごはん	ごはん	黄		2 日 (木)	コッペパン	コッペパン	黄	乳 小麦	3 日 (金)	ごはん	ごはん	黄			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		
	かつおのしょうゆやき	かつおのしょうゆやき	赤	小麦 大豆		しろみざかなフライ	しろみざかなフライ こめあぶら	赤 黄	小麦 大豆		とりにくのたつたあげ(2こ)	とりにく さんおんとう こいくちしょうゆ せいしゅ おろししょうが でんぷん こめあぶら	赤 黄	鶏肉 小麦 大豆		
	こうやどうふのにも	こうやどうふ しいたけ にんじん カットいんげん さんおんとう だしのもと うすくちしょうゆ みりん	赤 緑 緑 緑 黄	大豆		れんこんのマヨサラダ	れんこん ササミ にんじん だししょうゆ ノンエッグマヨネーズ	緑 赤 緑 黄	鶏肉 小麦 大豆 大豆		たつたあげは いこましの ごとうちグルメだよ！					
	ぶたじる	ぶたにく たまねぎ にんじん うすあげ つきこんにやく ねぎ みそ こめあぶら せいしゅ だしのもと	赤 緑 緑 赤 黄 緑 赤 黄	豚肉 大豆 大豆 さば		ぎゅうにくとブロッコリーのスープ	ぎゅうにく こめあぶら あかワイン にんじん たまねぎ ブロッコリー マカロニ(シェル) コンソメスープ うすくちしょうゆ こしょう	赤 黄 緑 緑 黄	牛肉 小麦 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆		ひじきとだいずのにも	ひじき だいず にんじん だしのもと こいくちしょうゆ さんおんとう みりん	赤 赤 緑 黄	大豆 さば 小麦 大豆		
		エネルギー 607kcal		たんぱく質 30.4g			エネルギー 590kcal		たんぱく質 26.7g			エネルギー 713kcal		たんぱく質 27.0g		
日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルギー	日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルギー	日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルギー		
6 日 (月)	ごはん	ごはん	黄		7 日 (火)	こめごはん	こめごはん	黄	乳 小麦	8 日 (水)	ごはん	ごはん	黄			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		
	ごもくあつやきたまご	ごもくあつやきたまご	赤	卵 小麦 大豆 鶏肉		トマトグラタン	トマトグラタン	黄	大豆 りんご		ちくわのいそべあげ	ミニちくわ てんぷらこ あおのりこ こめあぶら	赤 黄 赤 黄	小麦 大豆		
	さといもといかのにも	いか にんじん さといも ひらこんにやく さんおんとう せいしゅ だしのもと みりん こいくちしょうゆ	赤 緑 黄 黄 黄	いか さば 小麦 大豆		ブロッコリーサラダ	ブロッコリー ツナ(油漬け) ごまドレッシング	緑 赤 黄	ごま 豚肉		キャベツのしおこんぶいため	キャベツ にんじん しおこんぶ うすくちしょうゆ おろしにんにく しろいりごま ごまあぶら	緑 緑 赤 黄 黄	小麦 大豆 小麦 大豆 ごま ごま		
お つ き み こ ん だ て	あかだし	とうふ まめふ だいこん わかめ あかみそ みそ だしのもと	赤 黄 緑 赤 赤 赤	大豆 小麦 大豆 大豆 さば		コンソメスープ	ベーコン にんじん たまねぎ じゃがいも とうもろこし コンソメスープ うすくちしょうゆ こしょう	赤 緑 緑 黄 緑	小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆		かやくうどん	うどん ぶたにく うすあげ たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ だしのもと みりん せいしゅ だししょうゆ うすくちしょうゆ しお	黄 赤 赤 緑 緑 緑 緑	小麦 豚肉 大豆 さば 小麦 大豆 小麦 大豆		
		エネルギー 575kcal		たんぱく質 22.6g			エネルギー 633kcal		たんぱく質 23.5g			エネルギー 645kcal		たんぱく質 24.5g		
	日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルギー	日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルギー	日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルギー	
9 日 (木)	コッペパン	コッペパン	黄	乳 小麦	10 日 (金)	ごはん	ごはん	黄		14 日 (火)	しよくパン	しよくパン	黄	乳 小麦		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ジョア	ジョア(ブルーベリー)	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		
	とうふナゲット(2こ)	とうふナゲット こめあぶら	赤 黄	小麦 大豆		かぼちゃとやまとポークのフライ	かぼちゃとやまとポークのフライ こめあぶら	緑 黄	小麦 大豆 豚肉		コロッケ	コロッケ こめあぶら	黄 黄	小麦 大豆 豚肉		
	ごぼうのようふうソテー	ごぼう にんじん オリーブオイル こいくちしょうゆ おろしにんにく コンソメスープ ブラックペッパー	緑 緑 黄	小麦 大豆 小麦 大豆 鶏肉		ほうれんそうのおかかあえ	ほうれんそう もやし だししょうゆ かつおぶし	緑 緑 赤	小麦 大豆		てづくりビザソース	ベーコン オリーブオイル おろしにんにく たまねぎ ピーマン とうもろこし トマトケチャップ ウスターソース とんかつソース コンソメスープ こしょう さんおんとう	赤 黄 緑 緑 緑 緑 黄	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆		
	マカロニのクリームシチュー	マカロニ ベーコン たまねぎ かぶ にんじん えりんぎ えだまめ コンソメスープ ぎゅうにゅう(調理用) なまクリーム だっしふんにゅう クリームシチューのもと とうにゅう こしょう こめあぶら でんぷん	黄 赤 緑 緑 緑 緑 赤 赤 赤 赤 黄	小麦 豚肉 大豆 小麦 大豆 鶏肉 乳 乳 乳 小麦 大豆 豚肉 大豆	め の あ い こ ー	ながいものみそしる	ながいも あつあげ(小) にんじん たまねぎ しろねぎ だしのもと みそ	黄 赤 緑 緑 赤	やまいも 大豆 さば 大豆	A B C スープ	しよくパンにのせて たべましょう！	にんじん たまねぎ マカロニ(ABC) えだまめ こめあぶら コンソメスープ うすくちしょうゆ こしょう	緑 緑 黄 緑 黄	小麦 大豆 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆		
		エネルギー 657kcal		たんぱく質 23.1g				エネルギー 604kcal			たんぱく質 17.8g			エネルギー 741kcal		たんぱく質 27.8g
日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルギー		日	献立名	材料名	栄養 三色		アレルギー	日	献立名	材料名	栄養 三色	アレルギー
15 日 (水)	ごはん	ごはん	黄		16 日 (木)	コッペパン	コッペパン	黄	乳 小麦	17 日 (金)	ごはん	ごはん	黄			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		
	とりにくのおろしに	とりにく だいこんおろし だしのもと さんおんとう みりん こいくちしょうゆ	赤 緑 黄	鶏肉 さば 小麦 大豆		デミグラスハンバーグ	ハンバーグ さんおんとう デミグラスソース トマトベースソース リンゴピューレ スープストック こしょう しお	赤 黄 緑	大豆 鶏肉 豚肉 小麦 牛肉 大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン 大豆 りんご 大豆 豚肉		かきあげ	やさいのかきあげ こめあぶら	緑 黄	小麦 大豆		
し よ く い く の ひ ・ わ し よ く の ひ	いもみそ	さといも みそ さんおんとう みりん だしのもと ゆずかじゅう	黄 赤 黄	大豆		きのこのソテー	ベーコン えりんぎ まいたけ オリーブオイル スープストック こしょう こいくちしょうゆ	赤 緑 緑 黄	豚肉 大豆 豚肉 小麦 大豆		こまつなのごまあえ	こまつな にんじん ちりめんじゃこ しろいりごま しろすりごま だししょうゆ	緑 緑 赤 黄 黄	ごま ごま 小麦 大豆		
	すましじる	うすあげ かまぼこ たまねぎ にんじん ラッキーにんじん えのきたけ わかめ だしパック うすくちしょうゆ しお	赤 赤 緑 緑 緑 赤	大豆 さば 大豆		ニョッキのスープ	ニョッキ にんじん たまねぎ とうもろこし パセリ こめあぶら コンソメスープ うすくちしょうゆ こしょう	黄 緑 緑 緑 黄	小麦 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆		なめこのみそ汁	なめこ とうふ たまねぎ しろねぎ みそ だしのもと	緑 赤 緑 緑 赤	大豆 大豆 さば		
		エネルギー 616kcal		たんぱく質 24.2g			エネルギー 565kcal		たんぱく質 23.7g			エネルギー 655kcal		たんぱく質 20.1g		

10月予定献立表



B献立(生駒台小,俵口小,生駒東小,生駒小,桜ヶ丘小)学校用
生駒市教育委員会 生駒市立生駒北学校給食センター

[illegible]