



日	曜日	献立名	おもな材料と体内での働き						栄養価	
			おもに体をつくる		おもにからだの調子を整える		おもにエネルギーになる			
			たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質		
			1群 魚・肉・卵・豆・豆腐製品	2群 牛乳・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他野菜・きのこ・果物	5群 穀類・いも類・砂糖	6群 種実類・油脂	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)
1	水	ごもくうどん 牛乳 やきドーナツ(いちご) れんこんとひじきのサラダ	とりにく なんと たまご ハム たまご	わかめ 牛乳 ひじき	にんじん こまつな にんじん トマト	しいたけ ながねぎ いちご れんこん えだまめ とうもろこし	ソフトめん さとう こむぎこ でんぶん さとう さとう	あぶら ごま ドレッシング	592	22.8
2	木	きなこあげパン 牛乳 こまつなのソテー ミネストローネ ヨーグルト【学配】	きなこ ぶたにく ベーコン	牛乳 ヨーグルト	にんじん こまつな にんじん トマト	とうもろこし セロリー たまねぎ にんにく	コッペパン さとう マカロニ じゃがいも	あぶら オリーブあぶら オリーブあぶら	613	22.7
3	金	English Day(八千代第一中) 世界の料理 タイ ガバオライス(ごはん ガバオ めだまやき) 牛乳 すましじる	とりにく だいず たまご みそ とうふ		にんじん あおピーマン パセリ	まいたけ たまねぎ にんにく しょうが ながねぎ	ごはん さとう	あぶら	742	26.4
6	月	ごはん 牛乳 かつおカツ【ソース】 ブロッコリーのごまあえ なめこじる	かつお かつおぶし あぶらあげ みそ とうふ	牛乳	ブロッコリー にんじん	たまねぎ しょうが なめこ ながねぎ だいこん	ごはん パンこ さとう こむぎこ でんぶん さとう でんぶん	あぶら ごま ごまあぶら	607	19.7
7	火	English Day(西豊田小) ごはん 牛乳 サケのさいきょうやき にらもやしいため ピリからみそしる	さけ みそ ぶたにく みそ あつあげ	牛乳			ごはん さとう		636	30.4
8	水	きつねうどん 牛乳 もちいなり のりずあえ アーモンドごまかな	とりにく なんと あぶらあげ まぐろ	牛乳 のり いわし	チンゲンサイ にんじん ほうれんそう	ながねぎ もやし	ソフトめん もち さとう でんぶん さとう	あぶら アーモンド ごま	613	27.9
9	木	コッペパン ブルーベリージャム 牛乳 かいじゅうレモンのカツ カリフラワーとブロッコリーのサラダ コンソメスープ	たまご とりにく ベーコン	牛乳	ブロッコリー にんじん	レモン キャベツ しょうが カリフラワー とうもろこし たまねぎ キャベツ セロリー	コッペパン ブルーベリージャム コンソメ さとう パンこ さとう	あぶら ドレッシング	630	24.5
10	金	目のおいでデー チキンカレーライス(ごはん チキンカレーシチュー) のももヨーグルト(ブルーベリーあじ) プレーンオムレツ シーザーサラダ	とりにく レバー たまご	牛乳 脱脂粉乳 ヨーグルト	にんじん トマト ブロッコリー	たまねぎ にんにく しょうが りんご ブルーベリー	ごはん じゃがいも こむぎこ さとう でんぶん	あぶら あぶら ドレッシング	658	20.1
14	火	むぎごはん 牛乳 ビビンバ ナムル キムチスープ	ぶたにく だいず いか とうふ みそ	牛乳	にんじん ほうれんそう にんじん にら	まいたけ ながねぎ しょうが にんにく もやし にんにく はくさい だいこん ながねぎ えのきたけ だまねぎ しいたけ だいこん しめじ えのきたけ ながねぎ たまねぎ	むぎごはん さとう さとう トック(こめこ でんぶん)	ごまあぶら ごまあぶら ごま あぶら	628	24.6
15	水	きのこうどん 牛乳 かぼちゃのおやき はるさめサラダ	とりにく ハム	牛乳 かぼちゃ		きゅうり とうもろこし キャベツ	ソフトめん さとう こむぎこ はるさめ さとう	あぶら ごまあぶら	679	23.0
16	木	しよくパン ラフランスジャム 牛乳 とりにくのバジルやき イタリアンサラダ こまつなのミルクスープ	とりにく ぜラチン ベーコン しろいんげんまめ	牛乳	バジル パセリ あかピーマン ブロッコリー こまつな にんじん	にんにく カリフラワー とうもろこし たまねぎ	しよくパン ラフランスジャム	あぶら ドレッシング バター	753	25.9
17	金	ごはん 牛乳 ハムカツ【ソース】 れんこんサラダ さつまじる	ハム まぐろ あぶらあげ みそ	牛乳	にんじん にんじん	れんこん きゅうり ごぼう ながねぎ	ごはん こむぎこ パンこ さつまいも	あぶら ごまドレッシング	885	25.5
20	月	むぎごはん 牛乳 コーンしゅうまい(2こ) キャベツとちくわのサラダ マーボー豆腐	とりにく ぶたにく ちくわ ぶたにく だいず とうふ	牛乳	にんじん にら トマト	とうもろこし たまねぎ キャベツ しょうが キャベツ きゅうり とうもろこし しょうが にんにく ながねぎ しいたけ	むぎごはん さとう でんぶん こむぎこ ごまドレッシング	あぶら ごまあぶら	715	27.8
21	火	ごはん 牛乳 ホッケのいちやほし ひじきのにももの とんじり クリームコンフェ	ほっけ だいず ちくわ ぶたにく みそ たまご	牛乳 ひじき 脱脂粉乳 牛乳	にんじん にんじん	しらたき えだまめ たまねぎ だいこん ながねぎ ごぼう えのきたけ	ごはん さとう じゃがいも さとう こむぎこ でんぶん	あぶら ごまあぶら マーガリン	649	26.4
22	水	わふうカレーうどん 牛乳 アメリカンドッグ(2こ) かいそうサラダ	ぶたにく あぶらあげ ウィンナー	牛乳 わかめ ひじき こんぶ	にんじん	たまねぎ ながねぎ こんにゃく きゅうり とうもろこし	ソフトめん でんぶん さとう こむぎこ さとう でんぶん さとう	あぶら あぶら ドレッシング	690	26.0
23	木	ビタパン チーズ 牛乳 スラッピージョー ゆでやさしい ベーコンポテトポタージュ ミニようなしゼリー(小1こ 中職2個)	ぶたにく だいず ベーコン しろいんげんまめ	牛乳 脱脂粉乳 牛乳	パセリ トマト にんじん にんじん こまつな	たまねぎ キャベツ きゅうり たまねぎ ようなし	ビタパン バター バター さとう ゼリー	あぶら あぶら あぶら	554	25.5
24	金	きょうどりょうり(福井県) ごはん 牛乳 サケのもみじやき ほうれんそうのごまあえ うちまじる	さけ だいず みそ	牛乳	にんじん ほうれんそう にんじん	にんにく もやし たまねぎ	ごはん さとう でんぶん ごま ごまあぶら	あぶら ノンエッグマヨネーズ ごま ごまあぶら	638	27.5
27	月	地産地消 八千代の日ごだて ごはん 牛乳 ホイコーロー もやしサラダ にらとたまごのスープ	ぶたにく みそ あつあげ ハム たまご	牛乳	あおピーマン にんじん にら	キャベツ たまねぎ ながねぎ しょうが もやし きゅうり たまねぎ えのきたけ しょうが しいたけ	ごはん さとう でんぶん さとう ノンエッグマヨネーズ	あぶら あぶら	594	20.6
28	火	ごはん 牛乳 ハンバーグおろしソース れんこんきんぴら いなかな	ぶたにく とりにく みそ あつあげ	牛乳	にんじん にんじん こまつな	たまねぎ だいこん こんにゃく れんこん だいこん こまつな しめじ ながねぎ	パンこ さとう さとう ソフトめん さとう さとう でんぶん こむぎこ	あぶら ごま ごまあぶら あぶら あぶら	654	22.6
29	水	ちゃんぽんうどん 牛乳 とうふナゲット(2こ) さつまいもサラダ	ぶたにく なんと とうふ	牛乳	にんじん にんじん にんじん	キャベツ たまねぎ もやし しいたけ しょうが たまねぎ えだまめ きゅうり	ソフトめん さとう さとう でんぶん こむぎこ さつまいも	あぶら ごまあぶら あぶら ノンエッグマヨネーズ	680	22.2
30	木	◆フィッシュバーガーをつくって食べよう! バーガーパン 牛乳 しるみぎかなフライ キャベツのサラダ はくさいとにくだんごのスープ	たら たまご とりにく	牛乳	ブロッコリー にんじん	キャベツ きゅうり はくさい たまねぎ エリンギ	バーガーパン パンこ こむぎこ でんぶん ドレッシング マカロニ パンこ でんぶん さとう ヨー	あぶら あぶら あぶら	720	28.7
31	金	Happy Halloween ごはん のもヨーグルト からあげ きりぼしだいこんのいためもの さつまいものみそスープ	とりにく さつまあげ ベーコン あぶらあげ みそ	ヨーグルト 牛乳	にんじん にんじん こまつな パセリ	にんにく だいこん たまねぎ ながねぎ	ごはん でんぶん こむぎこ さとう さつまいも	あぶら ごまあぶら ごまあぶら ごま バター	704	24.3
									869	29.2

※都合により、献立内容が変更になる場合がありますので、ご了承ください。
※この献立表に記載されている食品は、主材料で調味料やハンバーグ、春巻きなどの加工食品に含まれるアレルギー等、
使用食材のすべては記載しておりません。
(アレルギー対応を受けている児童生徒と保護者の方はアレルギー用予定献立表および加工食品成分表をご確認ください。)
※魚料理については「青」がある場合がありますので、気をつけて食べてください。
※減塩のため、しょうゆやソース等は使用を控えております。ご協力をお願いします。

今月は八千代町で栽培された「米(コシヒカリ)」「やさしい(きゅうり たまねぎ じゃがいも ながねぎ みつば)」を使用します。
近隣の市町村からは「れんこん しめじ こまつな チンゲンサイ その他」を使用しています。

◆物価高騰の影響を受けている子育て世帯の負担軽減のため、令和7年度4月～3月まで、小中学校給食費無償化を実施します◆