

令和7年9月 給食献立表



大田区立田園調布小学校

日	曜	主食・主菜	副菜・デザート	牛乳	(赤の食品) 血や肉になる	(黄の食品) 熱や力になる	(緑の食品) 体の調子を整える	ひとこと
2	火	チキンカレーライス	チーズ入りサラダ くだもの	○ 牛乳	チーズ とりにく	米 麦 油 さとう ジャが芋 米粉	しょうが にんにく セロリ たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり コーン くだもの	今月の給食目標 ＜低学年＞ たべおわたたら しずかにまとう ＜中学年＞ 食後の休養について 考えよう ＜高学年＞ 食後の休養について 考えよう
3	水	ぶた肉のねぎしお丼	はるさめスープ れいとうみかん	○ とうふ 牛乳	ぶたにく ベーコン とりにく	米 麦 油 ごま かたくり粉 はるさめ	長ねぎ にんにく たまねぎ にんじん もやし にら レモン チンゲン菜 みかん	
4	木	こくとうパン マカロニグラタン	やさいたつぶりスープ くだもの	○ いんげん豆 チーズ ベーコン 牛乳	とりにく こうとうやう	こくとうパン 油 マカロニ 米粉	にんじん たまねぎ 小松菜 マッシュルーム セロリ もやし くだもの	
5	金	ごはん サバの西京焼き	けんちん汁 もやしのサラダ	○ 牛乳	サバ とりにく あぶらあげ	米 麦 さとう 油 ジャが芋 こんにやく	しょうが ごぼう にんじん 大根 小松菜 もやし きゅうり にんにく	
8	月	スパゲッティ なすミートソース	マセドアンサラダ くだもの	○ 牛乳	ぶたにく きんとき豆	スパゲッティ 油 米粉 ジャが芋 さとう	にんにく しょうが セロリ にんじん たまねぎ マッシュルーム トマト缶 なす きゅうり 枝豆 くだもの	今月の 年中行事 9日 重陽の節句 (菊の花) 20～26日 秋の彼岸 (おはぎ)
9	火	カレーピラフ 魚のパン粉焼き	コーンスープ	○ とりにく いんげん豆 とうやう 牛乳 生クリーム	ベーコン ぶたにく サメ	米 麦 油 生パン粉 かんそうパン粉 ジャが芋 米粉	しょうが にんにく たまねぎ にんじん ピーマン クリームコーン ホールコーン マッシュルーム バセリ	
10	水	チーズトースト ハンガリー風シチュー	はるさめサラダ	○ 生クリーム こんぶ 牛乳	チーズ ぶたにく ひよこ豆	食パン 油 ジャが芋 米粉 はるさめ さとう	にんにく たまねぎ にんじん もやし きゅうり キャベツ 長ねぎ	
11	木	ごはん サバのマスタード焼き	いなか汁 ジャが芋とブロッコリーのソテー	○ 豆腐 みそ 牛乳	サバ ベーコン 油揚げ	米 麦 マヨネーズ ジャが芋 油 さとう こんにやく	ブロッコリー しょうが にんにく ごぼう にんじん 大根 小松菜	
12	金	ごはん とり肉と根菜のあまずあん	ツナ入りサラダ	○ 牛乳	とりにく ツナ	米 麦 かたくり粉 油 ジャが芋 さとう	しょうが れんこん にんじん たまねぎ しいたけ キャベツ きゅうり コーン レモン	◇くだものは、ぶどう やなしなど季節の ものを使います。
16	火	カラフル丼	豆とん汁 くだもの	○ 大豆 みそ 牛乳	とりにく ぶたにく あぶらあげ	米 麦 油 さとう かたくり粉 ジャが芋 こんにやく	しょうが たまねぎ 赤ピーマン ピーマン コーン にんじん 大根 ごぼ 小松菜 くだもの	◇材料の都合で献立を 変更することがあり ます。
17	水	レモントースト コーンシチュー	じゃことだいこんのサラダ	○ ちりめんじゃこ 牛乳	いんげん豆 生クリーム わかめ	食パン バター さとう 油 ジャが芋 米粉	レモン にんじん たまねぎ マッシュルーム クリームコーン ホールコーン ブロッコリー 大根 きゅうり	
18	木	ごはん きのこはるまき	わかめとたまごのスープ ナムル	○ たまご 牛乳	ぶたにく 粉かつお わかめ	米 麦 油 はるさめ かたくり粉 はるまきの皮 ごま さとう	しょうが えのき エリンギ もやし にんじん 大根 小松菜 にんにく 長ねぎ	
19	金	ひやし肉うどん	煮びたし とうにゅうきなこもち	○ 粉かつお とうにゅう きなこ 牛乳	わかめ ぶたにく あぶらあげ	うどん さとう 油 かたくり粉	しょうが たまねぎ にんじん はくさい 小松菜	
20	土	わかめごはん 魚のみそマヨネーズ焼き	鹿児島県の料理 さつま汁 ごもくきんぴら	○ みそ サワラ ぶたにく 牛乳	わかめ とりにく あぶらあげ	米 麦 油 こんにやく さつま芋 マヨネーズ さとう	にんじん ごぼう 大根 小松菜 たまねぎ コーン たけのこ	24日の「じゃが丸揚げ」は、じゃが芋とちくわを使った、タコ焼き風の料理です。丸めて揚げたじゃが芋に、ソースと青のりをかけて食べます。
24	水	ジャージャーめん	じゃが丸揚げ	○ 粉かつお 青のり 牛乳	ぶたにく いんげん豆 ちくわ	ちゅうかめん 油 さとう かたくり粉 ジャが芋 米粉 きゅうり 長ねぎ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ たけのこ しいたけ にら もやし きゅうり 長ねぎ	
25	木	おかかふりかけごはん ジャージャンどうふ	だいこんサラダ サイダー寒	○ わかめ かんてん 牛乳	粉かつお ぶたにく あつあげ	米 麦 さとう ごま 油 かたくり粉	しょうが にんじん たまねぎ しいたけ たけのこ にら コーン 大根 きゅうり みかん缶	
26	金	中国の料理 ごはん とり肉の香味ソースかけ	ABCスープ コールスローサラダ	○ 牛乳	とりにく ベーコン ひよこ豆	米 麦 さとう ごま 油 マヨネーズ ジャが芋 マカロニ	りんご しょうが にんにく 長ねぎ キャベツ にんじん コーン きゅうり セロリ たまねぎ マッシュルーム トマト缶 バセリ	
29	月	こうやどうふのそぼろ丼	パリパリサラダ くだもの	○ 牛乳	とりにく こうやどうふ	米 麦 油 さとう ワンタンの皮	しょうが にんじん たまねぎ しいたけ さいやいんげん きゅうり キャベツ コーン くだもの	◇今月の平均栄養価◇ エネルギー 601kcal たんぱく質 23.3g カルシウム 323mg 塩分 2.0g
30	火	ごはん 秋の味覚 サンマのかばやき	じゃが芋のみそ汁 しおこぶあえ	○ 牛乳	サンマ 粉かつお こんぶ あぶらあげ みそ わかめ	米 麦 かたくり粉 油 さとう ジャが芋	しょうが きゅうり キャベツ にんじん たまねぎ	10月の献立は、 10月1日に配信 します。
10/1	(水)	ナン キーマカレー	グリーンサラダ ぶどうゼリー	○ 牛乳	ぶたにく レンズ豆	ナン 油 米粉 さとう	しょうが にんにく セロリ 玉ねぎ こまつな にんじん ピーマン トマト缶 キャベツ マッシュルーム きゅうり ブロッコリー ぶどうジュース	