



# 10月こんだて表



令和6年10月号  
日野町教育委員会  
小学校

日曜日	スプーン	献立名	体をつくるたべもの	ねつや力になるたべもの	体のちょうしをととのえるたべもの
1 火		コッペパン・きゅうにゅう ひのなコロッケ キャベツサラダ きのこのクリームスープ	きゅうにゅう とりにく・きゅうにゅう	パン ひのなコロッケ ドレッシング あぶら・ルウ	キャベツ・きゅうり・とうもろこし たまねぎ・しめじ・エリンギ
2 水		ごはん・きゅうにゅう さわらのてりやき きりぼしだいごんのいためもの さつまいものみそしる	きゅうにゅう さわら あぶらあげ とりにく・とうふ	こめ さとう・かたくりこ さとう・ごまあぶら さつまいも	だいごん・にんじん・こまつな たまねぎ・ねぎ
3 木		むぎごはん・きゅうにゅう ハヤシシチュー イタリアンサラダ	きゅうにゅう ぶたにく ツナ	こめ・おおむぎ ルウ・あぶら・じゃがいも ドレッシング	たまねぎ・にんじん・にんにく・トマト キャベツ・とうもろこし・プロッコリー
4 金		むぎごはん・きゅうにゅう あつあげのにくみそがけ きゅうりのこんぶあえ けんちんじる	きゅうにゅう あつあげ・ぶたにく しおこんぶ とうふ	こめ・おおむぎ さとう・かたくりこ さといも・あぶら	しょうが きゅうり だいごん・にんじん・ごぼう・こんにゃく・しいたけ・ねぎ
7 月		ごはん・きゅうにゅう しろみさかなのこうみソース もやしちゅうかあえ わかめスープ	きゅうにゅう タラ とりにく・わかめ	こめ あぶら・さとう・かたくりこ ドレッシング	しろねぎ・しょうが・にんにく もやし・きゅうり・にんじん たまねぎ・しめじ・にんじん
8 火		むぎごはん・きゅうにゅう ハンバーグチップソース ひのなのポテトサラダ やさしいスープ	きゅうにゅう ハンバーグ	こめ・おおむぎ さとう ノンエッグマヨネーズ・じゃがいも	ひのな・きゅうり・とうもろこし たまねぎ・はくさい・にんじん・しめじ
9 水		ごはん・きゅうにゅう さばのみそやき きんぴらごぼう すましじる	きゅうにゅう さば さつまあげ とりにく・とうふ・かまぼこ	こめ(ゆうきまい) さとう ごま・ごまあぶら・さとう	<b>有機農業の日</b> ごぼう・にんじん・さやいんげん たまねぎ・ねぎ・にんじん
10 木		ソフトめん・きゅうにゅう ミートソース コールスローサラダ ブルーベリーゼリー	きゅうにゅう ぶたにく・だいす	ソフトめん オリーブあぶら・ルウ ドレッシング ブルーベリーゼリー	<b>目の愛護デー献立</b> たまねぎ・トマト・にんにく キャベツ・きゅうり・あかピーマン
11 金		ごはん・きゅうにゅう ちくせんに もやしとこまつなかつおあえ なっとう	きゅうにゅう とりにく・あつあげ かつおぶし なっとう	こめ さといも・さとう・あぶら	ごぼう・にんじん・れんこん・こんにゃく・さやいんげん・しいたけ こまつな・もやし
15 火		きなこあげパン きゅうにゅう トマトオムレツ ポトフ	きなこ きゅうにゅう トマトオムレツ ぶたにく	パン・あぶら・さとう じゃがいも	たまねぎ・にんじん・キャベツ
16 水		ごはん・きゅうにゅう アジのカレーマヨやき ひじきのいために かぼちゃのみそしる	きゅうにゅう アジ ひじき・だいす・さつまあげ とうふ・あぶらあげ	こめ ノンエッグマヨネーズ さとう	あかこんにゃく・さやいんげん かぼちゃ・たまねぎ・にんじん・しめじ・ねぎ
17 木		ひのなチャーハン きゅうにゅう あまずにくだんご ちゅうかスープ	たまご きゅうにゅう にくだんご とりにく・とうふ	こめ・ごまあぶら ごまあぶら	ひのな(は) <b>ひのなちゃんの日</b> たまねぎ・にんじん・チンゲンサイ
18 金		むぎごはん・きゅうにゅう すきやきに はるさめのすのもの	きゅうにゅう とりにく・とうふ ツナ	こめ・おおむぎ ふ・さとう はるさめ・ごまあぶら	たまねぎ・はくさい・ごぼう・こんにゃく・しろねぎ にんじん・きゅうり
21 月		ごはん・きゅうにゅう とりにくのさっぱりに くきわかめのきんぴら かきたまじる	きゅうにゅう とりにく ぶたにく・くきわかめ たまご・とうふ・かまぼこ	こめ さとう あぶら・さとう でんぶん	にんにく あかこんにゃく たまねぎ・にんじん・ねぎ
22 火		ミニコッペパン・きゅうにゅう やきそば ごぼうのひじきサラダ	きゅうにゅう ぶたにく ひじき	パン やきそばめん・あぶら ノンエッグマヨネーズ	キャベツ・もやし・にんじん・たまねぎ ごぼう・きゅうり・あかこんにゃく
23 水		むぎごはん・きゅうにゅう さけのしおこうじやき カリカリあえ ぶたじる	きゅうにゅう さけ ぶたにく・とうふ	こめ・おおむぎ ごま	キャベツ・こまつな・つぼづけ だいごん・にんじん・たまねぎ・ごぼう・ねぎ
24 木		ちゅうかめん・きゅうにゅう しょうゆラーメンじる とりのからあげ マカロニサラダ シューアイス	きゅうにゅう ぶたにく・なると とりにく ツナ	ちゅうかめん でんぶん・あぶら マカロニ・ノンエッグマヨネーズ シューアイス	キャベツ・もやし・たまねぎ・にんじん・ねぎ しょうが・にんにく きゅうり・とうもろこし <b>必佐小リクエスト献立</b>
25 金		にくめし きゅうにゅう プロッコリーのごまあえ じゃがいものみそしる	きゅうにく きゅうにゅう とうふ・あぶらあげ	こめ・さとう ごま じゃがいも	たまねぎ・にんじん キャベツ・プロッコリー ねぎ
28 月		むぎごはん・きゅうにゅう ぎょうざのあまずかけ もやしときゅうりのごまあえ かんぴょうのたまごとじじる	きゅうにゅう ぎょうざ たまご・とりにく	こめ・おおむぎ さとう ごま	<b>国スポ・障スポ開催地めぐり～栃木県～</b> もやし・にんじん・きゅうり かんぴょう・たまねぎ・ねぎ
29 火		しよくパン・きゅうにゅう イカのバジルやき フレンチサラダ ミネストローネ	きゅうにゅう イカ ぶたにく	パン ドレッシング じゃがいも・オリーブあぶら	バジル キャベツ・プロッコリー・とうもろこし たまねぎ・にんじん・トマト・にんにく
30 水		むぎごはん・きゅうにゅう ポークカレー かいそうサラダ	きゅうにゅう ぶたにく かいそうミックス	こめ・おおむぎ じゃがいも・ルウ・あぶら ドレッシング	たまねぎ・にんじん・にんにく・しょうが・トマト キャベツ・きゅうり
31 木		むぎごはん・のむヨーグルト シンジャーとろ～りさといもに キャベツとこまつなのおひたし ひのなのてづくりふりかけ	のむヨーグルト ぶたにく・あつあげ しおこんぶ・かつおぶし	こめ・おおむぎ さといも・さとう・でんぶん ごま・さとう	たまねぎ・にんじん・こんにゃく・ねぎ・しょうが こまつな・キャベツ ひのな(は)

★材料・学校行事の都合により、献立を変更することもありますのでご了承ください。☞スプーンマークの付いた日は、スプーンを持ってくるとよい給食です。  
 お願い：小学校の10月分の給食費の引き落としは、9月30日(月)です。10月分の再振替日は10月15日(火)です。  
 11月分の給食費の口座振替日は、10月31日(木)です。口座残高の確認をお願いします。