

除去副食用

令和7年 10月分 学校給食除去副食献立表

＜お願い＞アレルギーをお持ちの方は、使用している食品を必ずご確認ください。★印は除去食として代替調理した献立です。※揚げ物、焼き物は別に調理しています。＜直送＞は業者から学校へ直接配送する食品です。

池田市教育委員会
池田市立学校給食センター

日・曜日	1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	5(日)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)	12(日)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)	19(日)	20(月)
こんだて	コッペパン ぎゅうにゅう ミネストローネ さつまいも ブロッコリーのサラダ ようなしジャム	ごはん ぎゅうにゅう とうふのすましじる かきあげ いんげんのごまいため	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにさとごぼうのチャブチェ しゅうまい もやしのナムル	ごはん はっこうにゅう(ジョア) さいとものみそじる ひらつねのてりやき セルフきのごはん つきみだんご	ごはん ぎゅうにゅう はなやさいのクリームシチュー ★フランクフルトソーセージ セルフチキンライス	ごはん ぎゅうにゅう コッペパン ぎゅうにゅう やさいスープ のりしおポテト ドライカレー いちごジャム	ごはん ぎゅうにゅう はなやさいのクリームシチュー ★フランクフルトソーセージ セルフチキンライス	ごはん ぎゅうにゅう はなやさいのクリームシチュー ★フランクフルトソーセージ セルフチキンライス	ごはん ぎゅうにゅう はなやさいのクリームシチュー ★フランクフルトソーセージ セルフチキンライス	ごはん ぎゅうにゅう はなやさいのクリームシチュー ★フランクフルトソーセージ セルフチキンライス	なめし ぎゅうにゅう ぶたじゃが さげのみに ほうれんそうのおひたし スティックタルト(ブルーベリー)	なめし ぎゅうにゅう ぶたじゃが さげのみに ほうれんそうのおひたし スティックタルト(ブルーベリー)	なめし ぎゅうにゅう ぶたじゃが さげのみに ほうれんそうのおひたし スティックタルト(ブルーベリー)	なめし ぎゅうにゅう ぶたじゃが さげのみに ほうれんそうのおひたし スティックタルト(ブルーベリー)	なめし ぎゅうにゅう ぶたじゃが さげのみに ほうれんそうのおひたし スティックタルト(ブルーベリー)	なめし ぎゅうにゅう ぶたじゃが さげのみに ほうれんそうのおひたし スティックタルト(ブルーベリー)	なめし ぎゅうにゅう ぶたじゃが さげのみに ほうれんそうのおひたし スティックタルト(ブルーベリー)	なめし ぎゅうにゅう ぶたじゃが さげのみに ほうれんそうのおひたし スティックタルト(ブルーベリー)	なめし ぎゅうにゅう ぶたじゃが さげのみに ほうれんそうのおひたし スティックタルト(ブルーベリー)	なめし ぎゅうにゅう ぶたじゃが さげのみに ほうれんそうのおひたし スティックタルト(ブルーベリー)
ざいりゅう	コッペパン 1コ 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 25 玉ねぎ 20 ソテーオニオン 10 キャベツ 15 人参 10 トマト水煮 10 トマトピューレー 5 冷凍おろしにんにく 0.1 パセリ(乾) 0.03 ポークフィヨン 15 砂糖 1.5 トマトパウダー 1 食塩 0.65	精白米 70 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 15 豆腐 20 油揚げ 5 乾燥わかめ 0.3 玉ねぎ 20 大根 15 エリンギ 5 淡口しょうゆ 4.5 食塩 0.1 削り節 2 だし昆布 0.2 かき揚げ(50g) 1コ 揚げ油 4 みりん 4.5 濃口しょうゆ 2.3 砂糖 2 片栗粉 0.3	精白米 70 普通牛乳 1本 豚肉 30 緑豆はるさめ 10 玉ねぎ 25 ささがきごぼう 20 人参 10 エリンギ 8 赤みそ 3 冷凍おろしにんにく 0.1 白みそ 0.1 削り節 4.2 砂糖 2.2 日本酒 1 食塩 0.1 なたね油 1 ごま油 0.5	精白米 70 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 15 玉ねぎ 20 里芋 10 かぶ 5 小松菜 10 人参 5 赤みそ 3 白みそ 6 削り節 2.5 だし昆布 0.1 平つくね(40g) 1コ 濃口しょうゆ 2.1 砂糖 1 みりん 0.5 片栗粉 0.3	精白米 70 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 15 玉ねぎ 20 里芋 10 かぶ 5 小松菜 10 人参 5 赤みそ 3 白みそ 6 削り節 2.5 だし昆布 0.1 平つくね(40g) 1コ 濃口しょうゆ 2.1 砂糖 1 みりん 0.5 片栗粉 0.3	精白米 70 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 15 玉ねぎ 20 里芋 10 かぶ 5 小松菜 10 人参 5 赤みそ 3 白みそ 6 削り節 2.5 だし昆布 0.1 平つくね(40g) 1コ 濃口しょうゆ 2.1 砂糖 1 みりん 0.5 片栗粉 0.3	精白米 70 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 15 玉ねぎ 20 里芋 10 かぶ 5 小松菜 10 人参 5 赤みそ 3 白みそ 6 削り節 2.5 だし昆布 0.1 平つくね(40g) 1コ 濃口しょうゆ 2.1 砂糖 1 みりん 0.5 片栗粉 0.3	精白米 70 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 15 玉ねぎ 20 里芋 10 かぶ 5 小松菜 10 人参 5 赤みそ 3 白みそ 6 削り節 2.5 だし昆布 0.1 平つくね(40g) 1コ 濃口しょうゆ 2.1 砂糖 1 みりん 0.5 片栗粉 0.3	精白米 70 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 15 玉ねぎ 20 里芋 10 かぶ 5 小松菜 10 人参 5 赤みそ 3 白みそ 6 削り節 2.5 だし昆布 0.1 平つくね(40g) 1コ 濃口しょうゆ 2.1 砂糖 1 みりん 0.5 片栗粉 0.3	精白米 70 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 15 玉ねぎ 20 里芋 10 かぶ 5 小松菜 10 人参 5 赤みそ 3 白みそ 6 削り節 2.5 だし昆布 0.1 平つくね(40g) 1コ 濃口しょうゆ 2.1 砂糖 1 みりん 0.5 片栗粉 0.3	精白米 70 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 15 玉ねぎ 20 里芋 10 かぶ 5 小松菜 10 人参 5 赤みそ 3 白みそ 6 削り節 2.5 だし昆布 0.1 平つくね(40g) 1コ 濃口しょうゆ 2.1 砂糖 1 みりん 0.5 片栗粉 0.3	精白米 70 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 15 玉ねぎ 20 里芋 10 かぶ 5 小松菜 10 人参 5 赤みそ 3 白みそ 6 削り節 2.5 だし昆布 0.1 平つくね(40g) 1コ 濃口しょうゆ 2.1 砂糖 1 みりん 0.5 片栗粉 0.3	精白米 70 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 15 玉ねぎ 20 里芋 10 かぶ 5 小松菜 10 人参 5 赤みそ 3 白みそ 6 削り節 2.5 だし昆布 0.1 平つくね(40g) 1コ 濃口しょうゆ 2.1 砂糖 1 みりん 0.5 片栗粉 0.3	精白米 70 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 15 玉ねぎ 20 里芋 10 かぶ 5 小松菜 10 人参 5 赤みそ 3 白みそ 6 削り節 2.5 だし昆布 0.1 平つくね(40g) 1コ 濃口しょうゆ 2.1 砂糖 1 みりん 0.5 片栗粉 0.3	精白米 70 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 15 玉ねぎ 20 里芋 10 かぶ 5 小松菜 10 人参 5 赤みそ 3 白みそ 6 削り節 2.5 だし昆布 0.1 平つくね(40g) 1コ 濃口しょうゆ 2.1 砂糖 1 みりん 0.5 片栗粉 0.3	精白米 70 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 15 玉ねぎ 20 里芋 10 かぶ 5 小松菜 10 人参 5 赤みそ 3 白みそ 6 削り節 2.5 だし昆布 0.1 平つくね(40g) 1コ 濃口しょうゆ 2.1 砂糖 1 みりん 0.5 片栗粉 0.3	精白米 70 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 15 玉ねぎ 20 里芋 10 かぶ 5 小松菜 10 人参 5 赤みそ 3 白みそ 6 削り節 2.5 だし昆布 0.1 平つくね(40g) 1コ 濃口しょうゆ 2.1 砂糖 1 みりん 0.5 片栗粉 0.3	精白米 70 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 15 玉ねぎ 20 里芋 10 かぶ 5 小松菜 10 人参 5 赤みそ 3 白みそ 6 削り節 2.5 だし昆布 0.1 平つくね(40g) 1コ 濃口しょうゆ 2.1 砂糖 1 みりん 0.5 片栗粉 0.3		
う	さつまいも 40 揚げ油 4 砂糖 4.8 きな粉 1.2 食塩 0.05	まぐろ油漬 10 ブロッコリー 25 人参 5 醤油ドレッシング 4	まぐろ油漬 10 緑豆もやし 25 小松菜 10 食酢 1.7 白すりごま 0.25 淡口しょうゆ 1.7 砂糖 1.2 日本酒 0.15 スーパーストック 0.1 こしょう 0.01 なたね油 0.5	まぐろ油漬 10 緑豆もやし 25 小松菜 10 食酢 1.7 白すりごま 0.25 淡口しょうゆ 1.7 砂糖 1.2 日本酒 0.15 スーパーストック 0.1 こしょう 0.01 なたね油 0.5	まぐろ油漬 10 緑豆もやし 25 小松菜 10 食酢 1.7 白すりごま 0.25 淡口しょうゆ 1.7 砂糖 1.2 日本酒 0.15 スーパーストック 0.1 こしょう 0.01 なたね油 0.5	まぐろ油漬 10 緑豆もやし 25 小松菜 10 食酢 1.7 白すりごま 0.25 淡口しょうゆ 1.7 砂糖 1.2 日本酒 0.15 スーパーストック 0.1 こしょう 0.01 なたね油 0.5	まぐろ油漬 10 緑豆もやし 25 小松菜 10 食酢 1.7 白すりごま 0.25 淡口しょうゆ 1.7 砂糖 1.2 日本酒 0.15 スーパーストック 0.1 こしょう 0.01 なたね油 0.5	まぐろ油漬 10 緑豆もやし 25 小松菜 10 食酢 1.7 白すりごま 0.25 淡口しょうゆ 1.7 砂糖 1.2 日本酒 0.15 スーパーストック 0.1 こしょう 0.01 なたね油 0.5	まぐろ油漬 10 緑豆もやし 25 小松菜 10 食酢 1.7 白すりごま 0.25 淡口しょうゆ 1.7 砂糖 1.2 日本酒 0.15 スーパーストック 0.1 こしょう 0.01 なたね油 0.5	まぐろ油漬 10 緑豆もやし 25 小松菜 10 食酢 1.7 白すりごま 0.25 淡口しょうゆ 1.7 砂糖 1.2 日本酒 0.15 スーパーストック 0.1 こしょう 0.01 なたね油 0.5	まぐろ油漬 10 緑豆もやし 25 小松菜 10 食酢 1.7 白すりごま 0.25 淡口しょうゆ 1.7 砂糖 1.2 日本酒 0.15 スーパーストック 0.1 こしょう 0.01 なたね油 0.5	まぐろ油漬 10 緑豆もやし 25 小松菜 10 食酢 1.7 白すりごま 0.25 淡口しょうゆ 1.7 砂糖 1.2 日本酒 0.15 スーパーストック 0.1 こしょう 0.01 なたね油 0.5	まぐろ油漬 10 緑豆もやし 25 小松菜 10 食酢 1.7 白すりごま 0.25 淡口しょうゆ 1.7 砂糖 1.2 日本酒 0.15 スーパーストック 0.1 こしょう 0.01 なたね油 0.5	まぐろ油漬 10 緑豆もやし 25 小松菜 10 食酢 1.7 白すりごま 0.25 淡口しょうゆ 1.7 砂糖 1.2 日本酒 0.15 スーパーストック 0.1 こしょう 0.01 なたね油 0.5	まぐろ油漬 10 緑豆もやし 25 小松菜 10 食酢 1.7 白すりごま 0.25 淡口しょうゆ 1.7 砂糖 1.2 日本酒 0.15 スーパーストック 0.1 こしょう 0.01 なたね油 0.5	まぐろ油漬 10 緑豆もやし 25 小松菜 10 食酢 1.7 白すりごま 0.25 淡口しょうゆ 1.7 砂糖 1.2 日本酒 0.15 スーパーストック 0.1 こしょう 0.01 なたね油 0.5	まぐろ油漬 10 緑豆もやし 25 小松菜 10 食酢 1.7 白すりごま 0.25 淡口しょうゆ 1.7 砂糖 1.2 日本酒 0.15 スーパーストック 0.1 こしょう 0.01 なたね油 0.5	まぐろ油漬 10 緑豆もやし 25 小松菜 10 食酢 1.7 白すりごま 0.25 淡口しょうゆ 1.7 砂糖 1.2 日本酒 0.15 スーパーストック 0.1 こしょう 0.01 なたね油 0.5	まぐろ油漬 10 緑豆もやし 25 小松菜 10 食酢 1.7 白すりごま 0.25 淡口しょうゆ 1.7 砂糖 1.2 日本酒 0.15 スーパーストック 0.1 こしょう 0.01 なたね油 0.5	
豆	豆腐の日	豆腐の日	豆腐の日	豆腐の日	豆腐の日	豆腐の日	豆腐の日	豆腐の日	豆腐の日	豆腐の日	豆腐の日	豆腐の日	豆腐の日	豆腐の日	豆腐の日	豆腐の日	豆腐の日	豆腐の日	豆腐の日	豆腐の日
目	目の愛護デー	目の愛護デー	目の愛護デー	目の愛護デー	目の愛護デー	目の愛護デー	目の愛護デー	目の愛護デー	目の愛護デー	目の愛護デー	目の愛護デー	目の愛護デー	目の愛護デー	目の愛護デー	目の愛護デー	目の愛護デー	目の愛護デー	目の愛護デー	目の愛護デー	目の愛護デー
食	586 kcal	640 kcal	598 kcal	632 kcal	638 kcal	605 kcal	605 kcal	605 kcal	611 kcal	712 kcal	703 kcal	606 kcal	596 kcal	595 kcal	560 kcal	560 kcal	560 kcal	560 kcal	560 kcal	560 kcal
蛋白質	22.3 g	21.3 g	25.1 g	24.9 g	27.8 g	22.5 g	22.5 g	22.5 g	25.7 g	30.9 g	23.4 g	26.9 g	24.2 g	33.2 g	30.8 g	30.8 g	30.8 g	30.8 g	30.8 g	30.8 g
脂質	22.8 g	25.2 g	18.2 g	11.4 g	23.2 g	29.9 g	29.9 g	29.9 g	22.1 g	22.9 g	22.2 g	22.5 g	20.8 g	19.5 g	16.6 g	16.6 g	16.6 g	16.6 g	16.6 g	16.6 g



しょういく ひ やまがたけん りょうり

食育の日 ～山形県の料理～



<いも煮>

いも やさい にく おお つか にもの
 里芋などの野菜と肉を多く使った煮物です。

え どじ だい もがみ がわ とお ほこ にもつ
 江戸時代、最上川を通して運ばれてきた荷物

ひきとり ばしょ ま じかん つく
 の引取がおこなわれる場所で、待ち時間に作

られていたといわれています。

さけ がすづ や
<鮭のみそ粕漬け焼き>

しょうないち ほう きょうどりりょう あさけ
 庄内地方の郷土料理で、脂ののった秋鮭を

さけかす つ こ さいけ さんらん
 みそと酒粕で漬け込んだものです。鮭が産卵

きよ かわ れかし さけづく
 する清らかな川があることや、歴史ある酒造り

ぶんか う りょうり
 の文化から生まれた料理です。

<マスカット>

めいさんちん やまがたけん
 ぶどうの名産地である山形県では「シャインマ

ゆうめい

スカット」がよくとれることで有名です。



内陸地域

参照：農林水産省『うちの郷土料理』









れいわ んど

さようしよくこんだて

令和6年度 ふくまるアイデア給食献立コンテスト 採用献立

いけだしな い ちゅうがけせい かんが きょうよく

(池田市市内の中学生が考えた給食)

さいようこんだて

じっしひ 実施日	けんりつな 献立名	かんがへ ひと がつごめい 考えた人の学校名	ないうアイデアポイント!
23日(木)	はるごめ 春雨スープ	ほそごう学園	とうふ 豆腐ハンバーグでカルシウム
	とうふ 豆腐ハンバーグ		とくべつかん アップ、特別感のあるちらし寿司
	たまごい 卵入りちらし寿司の具		すし でおいしく食べられます。

<お知らせ>

加工食品等は、学校給食用半製品のものに、原材料を記載しています。
アレルギーをお持ちの方は、必ずご確認ください。

○年間を通して使用する調味料や加工食品等については、配合内容を一覧にして、各学校園に配布しています。

必要とされる方は、学校園、もしくは、学校給食センターまでお申し出ください。

○えび・かに・そば・落花生は使用してません。

○10月に使用するお花は、青森県とれた「はれわたרי」を使用しています。



[ホームページ](#)



Instagram

毎日の献立をホームページやインスタグラムで見ることができます。

こんげつ きゅうしょく しょう しゅん しょうざい
今月の給食で使っている旬の食材

にんじん みずな さといも さけ なし
 カリフラワー・人参・水菜・れんこん・さつまいも・里芋・しいたけ・しめじ・じゃがいも・かつお・鮭・さば・あさり・いか・梨・りんご

※給食で提供するために内容を一部変更している場合があります。