



10月給食献立表



令和7年度

渋谷区立幡代小学校

月	火	水	木	金
<p><今月の給食目標></p> <p>正しく配膳をしよう</p> 			2日	3日
			ごはん ぎゅうにゅう さわらのてりやき じゃがいものきんぴら みそしる 178kcal - 628 kcal	セサミトースト ぎゅうにゅう ポークシチュー ビーンズサラダ 178kcal - 631 kcal
6日	7日	8日	9日	10日
さといもごはん ぎゅうにゅう いかのかりんあげ つきみだんごじる うさぎりんご 6日「中秋の名月」 178kcal - 626 kcal	さけとえびのクリームライス ぎゅうにゅう キャロットラペ ぶどうゼリー 10日「目の愛護デー」 178kcal - 677 kcal	かつおめし ぎゅうにゅう いものこじる キャベツのおかかあえ みかん 178kcal - 616 kcal	 <p>秋休み（10月9日～13日）</p>	
13日	14日	15日	16日	17日
 <p>スポーツの日</p>	くろざとうパン、ぎゅうにゅう カボナータふうパスタと シチリアふうにくだんご オレンジゼリー 渋谷区コッポ給食 南イタリアの料理 178kcal - 619 kcal	シーフードピラフ ぎゅうにゅう ミネストローネ やきりんご 178kcal - 589 kcal	てっこつドライカレーライス ぎゅうにゅう じゃがいもいりサラダ ぶどうのたべくらべ 178kcal - 590 kcal	ごはん ぎゅうにゅう エコふりかけ ひじきいりたまごやき けんちんじる あさづけ 16日「世界食料デー」 178kcal - 629 kcal
20日	21日	22日	23日	24日
メダイのみそかつどん ぎゅうにゅう きしめんじる のりのサラダ 愛知県の郷土料理 178kcal - 589 kcal	とりとねぎのまぜそば ぎゅうにゅう スパイシービーンズ フルーツヨーグルト 178kcal - 672 kcal	ごまじゃこチャーハン ぎゅうにゅう ちゅうかふうコーンスープ さつまいものあめがらめ 6年生連合陸上大会 178kcal - 704 kcal	ごはん ぎゅうにゅう のりのつくだに かんこくふうにくじゃが わんたんスープ 178kcal - 595 kcal	あきのかおりごはん ぎゅうにゅう みそしる ピーフンのこうみいため みかん 2年生校外学習 178kcal - 631 kcal
27日	28日	29日	30日	31日
ごはん ぎゅうにゅう とりにくのパークューソース こふきいも みそしる 178kcal - 600 kcal	いもくりごはん ぎゅうにゅう チャオゴウサイ かきたまじる おつきみだんご 11月2日「十三夜」 178kcal - 612 kcal	わふうスパゲティ ぎゅうにゅう ひじきとブロッコリーのサラダ もっちりスイートパンプキン 178kcal - 596 kcal	ごはん ぎゅうにゅう さばのおろしだれ ばりばりサラダ みそしる 4年生宿泊体験学習 178kcal - 658 kcal	ジャーチャンどうふどん ぎゅうにゅう まるごとわかめスー りんご 178kcal - 604 kcal