



10月の献立表



令和8年10月
江戸川区立船堀第二小学校

曜日	月	火	水	木	金
		10/13の週は、船二小のSDGs給食週間です。		みんなの給食～給食からSDGsを考える	2日 607kcal
献立		10/13の週は、船二小のSDGs給食週間です。		みんなの給食～給食からSDGsを考える	・秋味ごはん・牛乳・擬製豆腐 ・切干大根の含め煮 ・すりごまのみそ汁（大根、芋） ・菊花みかん
食赤黄品緑		SDGsの理念 	江戸川区が目指す 	今年もアレルギーなどの事由で食べられない児童の皆さんもこの週間のどこかでは、おぼんの全食を食べることができるメニューを考えました。お楽しみに！！	牛乳 たまご ます 大豆 とり肉 ひじき とうふ 油揚げ 煮干し粉 わかめ みそ ローリングストック給食 米 もち米 油 さとう ごま 三温糖 じゃがいも にんじん しめじ さやいんげん しいたけ みつば 切干大根 大根 なめこ 小松菜 ねぎ みかん
	5日 586kcal	6日 575kcal	7日 560kcal	8日 562kcal	9日 664kcal
献立	・コーンピラフ・牛乳 ・サバのレモンしょうゆ揚げ ・小松菜サラダ（ツナ） ・もやしとハムのスープ	・ごはん・しらす小松菜ふりかけ ・牛乳・ししゃものりカレー揚げ ・肉豆腐 ・茎わかめのかきたま汁	・じゃが芋ごはん ・牛乳・魚の南蛮漬け ・蒸し鶏と和野菜の和え物 ・ヒカド・菊花みかん	・けんちんうどん ・牛乳・五目卵焼き ・小松菜のマヨしょうゆ ・水ようかん（トッピングさつま芋）	・スパゲティー海ぞく風 ・牛乳 ・もやしえのきいものスープ ・秋のスコーンブルーベリージャム
食赤黄品緑	牛乳 ベーコン サバ ツナ ハム 米 むぎ マーガリン オリーブ油 でんぶん 油 三温糖 ごま油 玉ねぎ マッシュルーム コーン グリンピース レモン パセリ にんじん キャベツ 小松菜 もやし ねぎ	牛乳 しらす干し かとお節 ししゃも あおのり ぶた肉 焼きとうふ 茎わかめ たまご 米 むぎ 油 ごま 小麦粉 つきこんにやく さとう じゃが芋 でんぶん 小松菜 にんじん たけのこ しいたけ はくさい ねぎ さやいんげん 玉ねぎ えのき 葉ねぎ	ちくわ きびなご とり肉 ひじき ぶた肉 さつま揚げ 糸こんにふ 米 むぎ じゃが芋 ごま でんぶん 油 三温糖 ごま油 さつま芋 しいたけ 葉ねぎ しょうが ねぎ にんじん ビーマン 黄パプリカ きゅうり れんこん もやし レモン 小松菜 大根 ねぎ みかん	牛乳 ぶた肉 ちくわ とり肉 塩昆布 とうふ たまご ツナ わかめ 小豆 粉寒天 うどん さといも 油 三温糖 マーガリン 小麦粉 でんぶん はちみつ ごま にんじん 大根 ごぼう ねぎ えのき 小松菜 しめじ しいたけ みつば もやし コーン	牛乳 ベーコン あさり エビ イカ 粉チーズ とり肉 スパゲッティ オリーブ油 三温糖 油 じゃが芋 小麦粉 強力粉 グラニュー糖 バター でんぶん 小松菜 にんにく にんじん 玉ねぎ マッシュルーム トマト ブロッコリー もやし えのき ブルーベリー レモン
	12日 スポーツの日	13日船二SDG s 給食週間645kcal	14日船二SDG s 給食週間652kcal	15日船二SDG s 給食週間518kcal	16日船二SDG s 給食週間640kcal
献立	・二色そばろ丼 ・牛乳 ・厚揚げの鶏みそ田楽 ・さといもとえのきのみそ汁	・さつま芋とハムのピラフ・牛乳 ・サバのオランダ煮 ・野菜とわかめのスープ ・さつま芋のクリーム煮	・みそカツどん ・牛乳・三色漬け ・なめこいりけんちん汁 ・芋いろいろ	・手作りフォカッチャ・牛乳 ・ミックスチップス ・レンズ豆のミネストローネ ・みかん寒天ポンチ	・ヘルシー麻婆豆腐丼（鶏肉） ・牛乳・魚の野菜あんかけ ・ねぎとわかめのスープ ・バナナ
食赤黄品緑	牛乳 とり肉 たまご 生揚げ みそ 煮干し粉 わかめ 米 むぎ 油 三温糖 ごま でんぶん さといも しょうが 小松菜 にんにく にんじん しいたけ ねぎ 白菜 玉ねぎ えのき	牛乳 ハム サバ とり肉 わかめ 生クリーム 米 むぎ 油 オリーブ油 さつま芋 小麦粉 さとう はちみつ マッシュルーム さやいんげん しょうが 葉ねぎ にんじん 玉ねぎ 小松菜 コーン もやし	牛乳 とり肉 みそ 生揚げ きな粉 米 むぎ 小麦粉 パン粉 油 三温糖 中ざら糖 さといも こんにやく 白玉粉 くすでんぶん 甘納豆 さつま芋 ごま にんにく しいたけ 葉ねぎ 大根 にんじん しょうが 小松菜 なめこ ねぎ	牛乳 大豆 あおのり ベーコン ぶた肉 レンズ豆 粉寒天 強力粉 さとう オリーブ油 でんぶん じゃがいも さつまいも 油 れんこん 玉ねぎ にんじん トマト キャベツ 小松菜 ミカンジュース アロエ みかん バイン	牛乳 とり肉 大豆 みそ とうふ メルルーサ ぶた肉 わかめ 米 あわ むぎ 油 三温糖 でんぶん ごま油 じゃが芋 にんにく しょうが にんじん しいたけ 玉ねぎ グリンピース パセリ たけのこ もやし さやいんげん 葉ねぎ バナナ
	19日 586kcal	20日 684kcal	21日 631kcal	22日 なかよし給食 602kcal	23日 614kcal
献立	・二色そばろ丼 ・牛乳 ・厚揚げの鶏みそ田楽 ・さといもとえのきのみそ汁	・照り焼きフィッシュバーガー（サメ） ・牛乳・カボチャのグラッセ ・クリームシチュー ・菊花みかん	・餃子の具どんぶり ・牛乳・いかのスパイシー揚げ ・豆腐と春雨のスープ ・バナナ	・麦入りわかめごはん ・牛乳・とりのから揚げ ・ウィンナー・ちくわの煮物 ・変わりきんぴら・巨峰	・秋のおこわ・牛乳 ・ちくわのツナチーズ焼き ・豆まめみそ汁 ・南瓜団子のみたらし風味
食赤黄品緑	牛乳 とり肉 たまご 生揚げ みそ 煮干し粉 わかめ 米 むぎ 油 三温糖 ごま でんぶん さといも しょうが 小松菜 にんにく にんじん しいたけ ねぎ 白菜 玉ねぎ えのき	牛乳 あぶらつこのさめ ベーコン とり肉 生クリーム パン でんぶん 油 三温糖 マヨネーズ（卵無） 水あめ バター じゃが芋 米粉 しょうが キャベツ 黄パプリカ かぼちゃ 玉ねぎ にんじん コーン マッシュルーム 小松菜 みかん	牛乳 とり肉 イカ ベーコン とうふ 米 むぎ ごま油 ごま でんぶん ぎょうざの皮 油 小麦粉 パン粉 はるさめ にんにく しょうが えのき キャベツ にら ねぎ にんじん 玉ねぎ ねぎ 小松菜 バナナ	牛乳 わかめ とり肉 ウィンナー ちくわ さつま揚げ こめ むぎ ごま でんぶん 油 三温糖 こんにやく じゃが芋 しょうが にんにく ごぼう にんじん さやいんげん マスカット	牛乳 とり肉 油揚げ ちくわ ツナ 粉チーズ わかめ みそ 豆乳 煮干し粉 もち米 米 油 三温糖 マヨネーズ（卵無） じゃが芋 ごま 上新粉 白玉粉 でんぶん しいたけ にんじん しめじ たけのこ さやいんげん 玉ねぎ 白菜 小松菜 ねぎ かぼちゃ
	26日 570kcal	27日 600kcal	28日 547kcal	29日 677kcal	30日 696kcal
献立	・小松菜のパペロンチーノ ・牛乳・和風ごぼうチップサラダ ・パンプキンミルクスープ ・バナナ	・ごはん・キーマカレー ・牛乳 ・ジュリエンスープ ・はちみつりんごヨーグルト	・ごはん・カルチャンふりかけ ・牛乳・魚のねぎみそかけ ・大根のおかかごまあえ ・きのこのかきたま汁・菊花みかん	・カレーチーズドッグトースト ・牛乳・秋のシチュー ・フィッシュサラダ ・りんご	・ジャコのガーリックライス ・牛乳・レバーのカレー揚げ ・スープ煮 ・かぼちゃのケーキ
食赤黄品緑	牛乳 ベーコン しらす干し ちりめんじゃこ 豆乳 生クリーム スパゲッティ オリーブ油 ごま 油 でんぶん さとう バター 米粉 にんにく 玉ねぎ しめじ 小松菜 キャベツ もやし にんじん きゅうり ごぼう かぼちゃ パセリ バナナ	牛乳 ぶた肉 大豆 ベーコン ヨーグルト 米 むぎ 油 米粉 じゃが芋 はちみつ しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん グリンピース マッシュルーム セロリ パセリ りんご みかん 黄桃 りんごジャム	牛乳 ちりめんじゃこ 塩昆布 おかか マス みそ ハム わかめ たまご とうふ 米 むぎ ごま 三温糖 でんぶん 油 しょうが ねぎ だいこん にんじん きゅうり キャベツ えのき みつば しいたけ みかん	牛乳 ぶた肉 大豆 チーズ ベーコン 白いんげん 豆乳 生クリーム 粉チーズ メルルーサ パン 油 小麦粉 さつま芋 くり バター 米粉 でんぶん ごま さとう しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん しめじ 小松菜 キャベツ きゅうり もやし りんご	牛乳 ベーコン ちりめんじゃこ レバー 凍り豆腐 ベーコン ウィンナー たまご 米 むぎ オリーブ油 米粉 じゃが芋 マーガリン 三温糖 小麦粉 粉糖 にんにく パセリ しょうが にんじん 玉ねぎ キャベツ ブロッコリー かぼちゃ