



10月の献立表



令和6年10月
江戸川区立船堀第二小学校

曜日	月	火	水	木	金
			2日 606kcal	3日 626kcal	4日 531kcal
献立	 <p>10/15の週は、船二小のSDGs給食週間です！</p> <p>SDGsの理念 江戸川区が目指す</p> <p>誰一人取り残さない = 誰もが安心して自分らしく暮らせるまち</p>		<ul style="list-style-type: none"> ごはん・カルちゃんふりかけ 牛乳・豆腐のハンバーグ ジャーマンポテト 小松菜のみそ汁・菊花みかん 	<ul style="list-style-type: none"> フィッシュバーガー・牛乳 ポークビーンズ コーンサラダ 梨 	<ul style="list-style-type: none"> さつま芋ごはん・牛乳 いわしのかば焼き 大根とちくわの煮物 かぶのみそ汁 <p>イワシの日</p>
食黄品緑	<p>SDGs水都市 EDOGAWA</p> <p>SDGs</p>		<p>牛乳 ちりめんじゃこ 塩昆布 かつおぶし ぶた肉 とり肉 とうふ ベーコン 煮干し粉 みそ</p> <p>米 むぎ ごま 油 三温糖 でんぷん パン粉 じゃがいも さとう</p> <p>にんじん 玉ねぎ 小松菜 にんにく コーン パセリ ねぎ みかん</p>	<p>牛乳 しいら ベーコン ぶた肉 白いんげん豆</p> <p>パン 油 じゃがいも 小麦粉 パン粉 マーガリン 三温糖</p> <p>玉ねぎ キャベツ コーン にんじん マッシュルーム 小松菜 もやし きゅうり 梨</p>	<p>牛乳 油揚げ いわし ちくわ 煮干し粉 とうふ みそ</p> <p>米 むぎ さつま芋 ごま でんぷん 三温糖 油 こんにゃく じゃが芋</p> <p>しょうが にんじん 大根 小松菜 かぶ しいたけ ねぎ</p>
	7日 555kcal	8日 588kcal	9日 552kcal (青空給食)	10日 656kcal	11日 555kcal
献立	<ul style="list-style-type: none"> 長崎ちゃんぽん・牛乳 五目卵焼き にらモヤシ炒め かんざらしと果物のポンチ <p>郷土料理 長崎県</p>	<ul style="list-style-type: none"> 鮭と卵のごはん・牛乳 鶏手羽元の甘辛煮 冬瓜のそぼろ煮 水ようかん(さつま芋) <p>ようかんの日</p>	<ul style="list-style-type: none"> 麦入りわかめごはん 牛乳・鶏のから揚げ ポイルウインナー・ちくわの煮物 小松菜とコーンおほかあえ・甲斐路 	<ul style="list-style-type: none"> じゃこ天カレーライス 牛乳 フィッシュサラダ はちみつブルーベリーヨーグルト <p>郷土料理 愛媛県</p> <p>目の愛護デー</p>	<ul style="list-style-type: none"> ぎょうざの具どんぶり 牛乳 魚の野菜あんかけ マイミータン
食黄品緑	<p>牛乳 ぶた肉 昆布 イカ エビ とり肉 なたと とうふ たまご</p> <p>ちゃんぽんめん 油 ごま油 さとう しらたま粉</p> <p>玉ねぎ にんじん しめじ しいたけ きくらげ 小松菜 キャベツ みつば にんにく にら みかん パイン りんご</p>	<p>牛乳 昆布 さけ たまご とり肉 油揚げ あずき 粉寒天</p> <p>米 むぎ でん粉 油 三温糖 さとう さつま芋 ごま</p> <p>しょうが しめじ ねぎ とうがん にんじん 小松菜 さやいんげん</p>	<p>持ち物</p> <p>はし・レジヤシート・名前の書いたレジ袋もしくはエコバッグ(弁当を入れて持ち歩きます)・おてふきなど</p> <p>給食室でお弁当を詰め、ともだち学級に分かれ、校庭や庭で食べます。雨天は、体育館・多目的室や教室で食べます。</p>	<p>牛乳 ベーコン さつま揚げ イカ 大豆 粉チーズ メルルース ヨーグルト</p> <p>米 むぎ 油 マーガリン 小麦粉 でんぷん さとう はちみつ ごま</p> <p>しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん グリンピース しめじ キャベツ きゅうり 小松菜 みかん パナナ ブルーベリージャム</p>	<p>牛乳 メルルース とり肉 ぶた肉 たまご</p> <p>米 むぎ ごま油 ごま でんぷん 油 さとう</p> <p>しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん えのき もやし コーン にら クリームコーン パセリ キャベツ しいたけ 小松菜 ねぎ たけのこ</p>
	14日 スポーツの日	15日 船二SDGs 給食週間584kcal	16日 船二SDGs 給食週間585kcal	17日 船二SDGs 給食週間505kcal	18日 船二SDGs 給食週間583kcal
献立	<p>体育の日</p>	<ul style="list-style-type: none"> くりさつま芋ご飯・牛乳・塩もみ ちくわのごまのり揚げ けんちん汁 南瓜団子のみたらし風味 <p>行事食 十三夜</p>	<ul style="list-style-type: none"> ヘルシー麻婆豆腐丼 牛乳 野菜とわかめのスープ 豆乳杏仁豆腐 	<ul style="list-style-type: none"> 手作りフォカッチャ・牛乳 ミックスチップス ひよこ豆のミネストローネ みかん寒天ポンチ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん・ごましお・牛乳 チキンカツ・ポイルキャベツ れんこんとこんにゃくの炒め物 生揚げとわかめのみそ汁・菊花みかん
食黄品緑		<p>牛乳 ちくわ あおのり 糸昆布 とり肉 とうふ 豆乳</p> <p>米 むぎ 油 さつま芋 くり ごま 小麦粉 こんにゃく 里芋 上新粉 白玉粉 でんぷん 三温糖</p> <p>きゅうり かぶ しょうが しいたけ にんじん ごぼう 大根 ねぎ 小松菜 かぼちゃ</p>	<p>牛乳 大豆 みそ とり肉 とうふ わかめ 粉寒天 豆乳 練乳 生クリーム</p> <p>米 あわ むぎ 油 三温糖 でんぷん ごま油 じゃが芋 さとう</p> <p>しょうが にんにく 玉ねぎ しいたけ にんじん グリンピース パセリ 小松菜 コーン パイン みかん</p>	<p>牛乳 大豆 あおのり ベーコン ぶた肉 ひよこ豆 粉寒天</p> <p>強力粉 さとう オリーブ油 でんぷん じゃがいも さつまいも 油 さとう</p> <p>れんこん 玉ねぎ にんじん トマト キャベツ パセリ アロエ みかん パイン</p>	<p>牛乳 とり肉 ちくわ わかめ 生揚げ 煮干し粉 みそ</p> <p>米 むぎ ごま 小麦粉 パン粉 油 こんにゃく 三温糖</p> <p>キャベツ にんじん パセリ れんこん グリンピース 小松菜 玉ねぎ ねぎ みかん</p>
	21日 494kcal	22日 518kcal	23日 595kcal	24日 627kcal	25日 580kcal
献立	<ul style="list-style-type: none"> カレー南蛮うどん 牛乳・かぼちゃコロック ポイルキャベツ こんにゃく炒め 	<ul style="list-style-type: none"> 二色そぼろ丼・牛乳 焼きししゃも 切干大根の含め煮 なめこ汁・巨峰 	<ul style="list-style-type: none"> とりめし・牛乳 短冊さばのから揚げ 炒り鶏 きのこのかきたま汁 	<ul style="list-style-type: none"> カレーチーズドッグパン 牛乳・秋のシチュー カリカリポテトサラダ りんご 	<ul style="list-style-type: none"> きのこピラフ 牛乳・わかさぎのマリネ 鮭と芋とパスタのグラタン もやしとハムのスープ <p>世界バスターデー</p>
食黄品緑	<p>牛乳 ぶた肉 粉かつお ハム 豆乳 さつま揚げ</p> <p>うどん 油 三温糖 でんぷん マッシュポテト 小麦粉 パン粉 こんにゃく ごま</p> <p>にんじん キャベツ もやし ねぎ 葉ねぎ かぼちゃ 玉ねぎ パセリ れんこん グリンピース</p>	<p>牛乳 とり肉 ししゃも たまご 油揚げ 煮干し粉 糸昆布 豆腐 みそ</p> <p>米 油 三温糖 ごま</p> <p>しょうが しいたけ 切干大根 小松菜 にんじん 玉ねぎ なめこ 葉ねぎ 巨峰</p>	<p>牛乳 とり肉 さば たまご とうふ わかめ</p> <p>米 むぎ ごま 三温糖 でんぷん はす こんにゃく 油 さとう</p> <p>にんじん ごぼう 葉ねぎ しょうが しいたけ たけのこ さやいんげん えのきたけ みつば</p>	<p>牛乳 ぶた肉 ベーコン 大豆 チーズ 生クリーム 豆乳</p> <p>パン 油 さとう パン粉 さつま芋 くり バター 米粉 じゃが芋 ごま</p> <p>にんにく にんじん 玉ねぎ グリンピース しめじ パセリ キャベツ きゅうり もやし りんご</p>	<p>牛乳 ベーコン わかさぎ 鮭 豆乳 チーズ ハム</p> <p>米 むぎ オリーブ油 油 小麦粉 さとう じゃが芋 リボンパスタ バター 米粉 パン粉 ごま油</p> <p>にんにく 玉ねぎ しめじ えのき にんじん きゅうり マッシュルーム 小松菜 もやし ねぎ</p>
	28日 595kcal	29日 540kcal	30日 525kcal	31日 670kcal	みんなの給食～給食からSDGsを考える～
献立	<ul style="list-style-type: none"> 包まないけいなり寿司 牛乳・さんま塩焼き ひじきの煮物 キャベツとえのきのみそ汁・柿 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん・しらす小松菜ふりかけ 牛乳・レバーの甘辛ソース 大根のおかかごま和え 小松菜とじゃが芋のかきたま汁 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん・のりとあさりの佃煮 牛乳・豚肉の野菜巻き焼き かみかみあえ すりごまのみそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ジャコのガーリックライス 牛乳・フィッシュアンドチップス 野菜のスープ煮カレー風味 かぼちゃのケーキ <p>ハロウィンメニュー</p>	<p>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！！</p>
食黄品緑	<p>牛乳 油揚げ さんま ひじき 大豆 煮干し粉 みそ わかめ</p> <p>米 三温糖 ごま 油</p> <p>かんぴょう 大根 にんじん もやし キャベツ 玉ねぎ えのきたけ 柿</p>	<p>牛乳 しらす おかか 凍り豆腐 レバー ハム わかめ とうふ たまご</p> <p>米 むぎ 油 ごま でんぷん 三温糖 じゃが芋</p> <p>小松菜 しょうが にんにく 葉ねぎ 大根 にんじん キャベツ きゅうり</p>	<p>牛乳 のり あさり ひじき ぶた肉 煮干し粉 わかめ とうふ みそ</p> <p>米 むぎ 油 ごま でんぷん 三温糖 水あめ</p> <p>しいたけ にんじん きゅうり もやし コーン にんにく 葉ねぎ 大根 ねぎ</p>	<p>牛乳 ベーコン ちりめんじゃこ メルルース あおのり ウィンナー たまご</p> <p>米 むぎ 油 オリーブ油 小麦粉 三温糖 じゃが芋 マーガリン 粉糖 チョコレート</p> <p>にんにく セロリ パセリ 玉ねぎ にんじん 大根 かぶ キャベツ 小松菜 かぼちゃ</p>	