



月	火	水	木	金
【幼児園未満児対応】 2日(木) ホキの香味焼き (いかの香味焼き) 23日(木) ホキのカレー天ぷら (ししゃものカレー天ぷら)	わたしは、かつぱの河太郎 (かわたろう)です。揖斐川 町で作った食べ物を給食で 使った日に登場します。こん だて表の中からさがしてみ てね！ カミカミ王子です！ 毎月8(歯)のつく日にかみ ごたえのある献立が登場し ます。	1 みそでんがく(牛乳) ぶた肉とごぼうの煮物 麦ごはん せん切りやさい汁 エネルギー 615kcal	2 いかのこうみ焼き(牛乳) 小松菜の煮びたし 麦ごはん キムチ入りとん汁 エネルギー 596kcal	3 チリコンカン(牛乳) きなこパン 小型パン(小3以上) やさいたっぷりスープ エネルギー 633kcal
6 里いもコロッケ(牛乳) 秋やさいの煮物 麦ごはん 月見汁 エネルギー 660kcal	7 しゅうまい 未1 幼小2 中3(牛乳) パンサンスー 麦ごはん はっぼうさい エネルギー 648kcal	8 カミカミメニュー(牛乳) かつおのたつたあげ 切干大根の煮つけ 麦ごはん みそ汁 エネルギー 637kcal	9 あおりのポテト(牛乳) 大根サラダ ソフトめん カレーなんばん エネルギー 744kcal	10 ぶた肉のスタミナ焼き(牛乳) しおだれあえ 麦ごはん はくさいスープ エネルギー 650kcal
13 スポーツの日 【基準値】 (小学校中学年) エネルギー 650kcal	14 肉だんごと秋やさいの あんからめ(牛乳) キャベツのおかかあえ 麦ごはん あつあげのみそ汁 エネルギー 746kcal	15 さけのみそづけ焼き(牛乳) 大豆のいそ煮 麦ごはん 大根汁 エネルギー 621kcal	16 さんまのかば焼き風(牛乳) 小松菜のおひたし 麦ごはん さつま汁 エネルギー 668kcal	17 チキンチャップ(牛乳) 小中2 キャベツソテー 食パン かぼちゃのポタージュ エネルギー 622kcal
20 食育の日こんだて(牛乳) 秋にしんのたつたあげ やさいのしょうがあえ さつまいもごはん いびみそ汁 エネルギー 622kcal	21 〇〇県のごんたて(牛乳) ささかまぼこの いそべあげ ※ずんだもち ゆかりあえ 麦ごはん あぶらふ井の具 エネルギー 643kcal	22 さばのみそ煮(牛乳) 里いもと大根のそぼろ煮 麦ごはん すまし汁 エネルギー 606kcal	23 ししゃものカレー天ぷら 幼1 小中2(牛乳) チンゲンサイのごまあえ 五目うどん エネルギー 618kcal	24 鶏焼き とうふハンバーグ(牛乳) かおりあえ 麦ごはん いものこ汁 エネルギー 589kcal
27 とうふナゲット 未1 幼小2 中3(牛乳) マセドアンサラダ ※ナン キーマカレー エネルギー 659kcal	28 チンジュワズ 幼1 小中2(牛乳) 豆乳あんんにん 麦ごはん マーボーどうふ エネルギー 751kcal	29 とり肉のお茶あげ 幼1 小中2(牛乳) もやしのいそあえ ※かき(太秋) 麦ごはん みそ汁 エネルギー 705kcal	30 さわらのもみじ焼き(牛乳) 切干大根のあまずあえ 麦ごはん きのこ汁 エネルギー 630kcal	31 ほうれん草オムレツ(牛乳) カラフルサラダ 黒食パン ポークシチュー エネルギー 686kcal

- ・学校給食は、「学校給食地産地消推進事業」により、岐阜県、揖斐川町、JAグループの一部助成を受けています。
- ・安全でおいしい岐阜県の米や野菜を使った給食を食べることで農業のことを学んでもらいたいと考えています。
- ・お米はすべて揖斐川町産「はつしも」です。
- ・※印のついたものは、学校配送・ゴミは給食センターで一括回収です。
- ・諸事情により、献立を変更する場合があります。

食育の日こんだて・・・20日(月)

歴史地区でとれたさつまいもを
使って、さつまいもご飯にします。秋
の味覚、さつまいものホクホクとした
食感と自然の甘みを味わいましょう。

〇〇県のごんたて・・・21日(火)

〇〇県の特産品、あぶら麴(仙台麴)や笹か
まぼこ、ずんだ餅を取り入れます。
あぶら麴は油で揚げたので香ばしく、歯ご
たえがあります。給食では、あぶら麴の代表的
な料理、「あぶら麴丼」にします。

大切にしたい もったいないの心

「もったいない」という言葉には、物の最後まで大切に使う、
食べ物を残さず食べるといった、日本人が昔から大切にしてい
てきた心が詰まっています。ところが近年、まだ食べることが
できる食品を捨ててしまう「食品ロス」が問題となっています。
日本での食品ロスは、令和5年度に年間464万トンと
推計されています。(*1) これは、世界の食糧支援量(2023年の実績370万トン*2)の約
1.3倍に相当します。食品ロスを国民1人あたりで考えると、おにぎり1個分(102g)の食べ物を
毎日捨てていることになります。「もったいない」と思いませんか。
10月は国が定める「食品ロス削減月間」、10月30日は「食品ロス削減の日」です。また、10月
16日は国連が定める「世界食料デー」です。
「もったいない」の心を忘れずに、未来に向けてできることから取り組んでみませんか。

*1:農林水産省 及び 環境省「令和5年度推計」 *2:消費者庁HPより

食品ロス削減 3つのコツ

1 買い過ぎない 家にある食材をチェックし、使い 切れる分だけ買いましょう。	2 作り過ぎない 家族の予定や体調を考慮し、食べ 切れる分を調理しましょう。	3 食べ残さない 作った料理は早めに食べ切りま しょう。
--	--	------------------------------------

参考:消費者庁「食品ロス削減ガイドブック」(令和5年度版)

秋を楽しむお月見の行事

昔から、秋は1年のうちで最も月がきれいに見える季節とされ、昔の暦(旧暦)の
8月15日の十五夜の月を「中秋の名月」と呼んで、お月見の行事が行われてきました。
この時期に里芋が収穫されることから、別名で「芋名月」ともいいます。団子や里芋をお供えしたり、
里芋料理を食べる風習もあります。今年の十五夜は6日です。給食では、里芋のコロッケや月見汁を
取り入れたお月見献立としました。

おすすめ
給食レシピ

肉団子と秋野菜のあんからめ

★14日(火)の献立より

【材料 4人分】

肉団子	160g
れんこん	80g
さつまいも	120g
揚げ油	適宜
砂糖	大さじ1
しょうゆ	小さじ2
酢	小さじ2
水	大さじ1
かたくり粉	小さじ1/2

【作り方】

- ①れんこん、さつまいもは乱切り、または厚めのいちよう切りにして水にさらす。
- ②①の水気をしっかりきり、れんこん、さつまいもに軽くかたくり粉をまぶす。
- ③170度の油で、れんこん、さつまいも、肉団子を揚げる。
- ④フライパンに砂糖、しょうゆ、酢、水を加えて煮たせ、水で溶いたかたくり粉を入れ、とろみをつける。
- ⑤③を加えて味をからめる。

※味つけはお好みで加減してください。
※ご家庭にある食材でお試ください。

令和7年度10月

揖斐川町学校給食献立材料表【アレルギー特定原材料28品目表示】

揖斐川町学校給食センター

日曜	1日（水）	2日（木）	3日（金）	6日（月）	7日（火）	8日（水）	9日（木）	10日（金）	14日（火）	15日（水）	16日（木）
料理名及び一人当たりの純使用料ⓑ（小学校・中学年）	麦ごはん 精白米（強化米入り） 麦 みそでんがく 焼き豆腐【大豆】60g 赤みそ 上白糖 みりん かたくり粉 豚肉とごぼうの煮物 サラダ油 しょうが 豚肉 ごぼう 糸こんにゃく 酒 中双 みりん こいくちしょうゆ ◆顆粒和風だし むぎ枝豆 千切り野菜汁 にんじん だいこん えのきたけ ◆糸かまぼこ こまつな ◆かつおだし【さば】 食塩 うすくちしょうゆ	麦ごはん 精白米（強化米入り） 麦 いかの香味焼き いか 50g ホキ 30g （未満児のみ） しょうが にんにく ねぎ しろしょうゆ 酒 白こしょう 上白糖 ごま油 ◆小松菜の煮びたし にんじん こまつな はくさい 油揚げ【大豆】 ◆顆粒和風だし みりん こいくちしょうゆ キムチ入り豚汁 豚肉 ごぼう えのきたけ 木綿豆腐【大豆】 ○白菜キムチ【大豆】 にら ねぎ ◆煮干だし 白みそ 煮干し粉	小型パン（小学3年以上） ◆小型パン 【小麦・乳】 きな粉パン ◆小型パン 30g 【小麦・乳】 大豆油 きな粉【大豆】 上白糖 食塩 チリコンカン サラダ油 にんにく 豚ひき肉 食塩 白こしょう 蒸し大豆 たまねぎ にんじん ダイストマト ◆トマトケチャップ 赤ワイン チリパウダー ◆スープストック 【大豆・鶏肉・豚肉】 上白糖 ◆ウスターソース 野菜たっぶりスープ ○ウィナー【豚肉】 たまねぎ ホールコーン じゃがいも キャベツ ◆コンソメ【大豆・牛肉】 うすくちしょうゆ 食塩	麦ごはん 精白米（強化米入り） 麦 里芋コロッケ ○里芋コロッケ 50g 【小麦・豚肉】 大豆油 秋野菜の煮物 サラダ油 鶏肉 こんにゃく にんじん れんこん ごぼう 干し椎茸 こいくちしょうゆ ◆鶏がらスープ【鶏肉】 上白糖 食塩 かたくり粉 サラダ油 しゅうまい ○しゅうまい 18g 【小麦・豚肉】 バンサンソース はるさめ にんじん きゅうり 上白糖 米酢 うすくちしょうゆ ごま油 食塩 月見汁 だいこん えのきたけ ○月見かまぼこ こまつな ◆かつおだし【さば】 うすくちしょうゆ 食塩 お月見ゼリー ○お月見ゼリー40g 【オレンジ】	麦ごはん 精白米（強化米入り） 麦 八宝菜 豚肉 しょうが 酒 いか しょうが うずら卵水煮【卵】 にんじん はくさい たけのこ水煮 たまねぎ 干し椎茸 こいくちしょうゆ ◆鶏がらスープ【鶏肉】 上白糖 食塩 かたくり粉 サラダ油 しゅうまい ○しゅうまい 18g 【小麦・豚肉】 バンサンソース はるさめ にんじん きゅうり 上白糖 米酢 うすくちしょうゆ ごま油 食塩	麦ごはん 精白米（強化米入り） 麦 練の竜田揚げ かつお こいくちしょうゆ 酒 しょうが かたくり粉 大豆油 切干大根の煮つけ 切干しだいこん にんじん ○はんぺん さやいんげん ◆顆粒和風だし こいくちしょうゆ 中双 みりん 酒 みそ汁 油揚げ【大豆】 じゃがいも たまねぎ キャベツ ねぎ ◆煮干だし 白みそ 赤みそ 煮干し粉	ソフト麺カレー南蛮 ◆ソフトめん【小麦】 サラダ油 鶏肉 ◆カレー粉 しょうが にんにく たまねぎ にんじん 油揚げ【大豆】 干し椎茸 ◆かまぼこ ねぎ ◆顆粒和風だし ◆H加-ルーク 【小麦・大豆】 こまつな 食塩 白こしょう かたくり粉 青のりポテト ○フライドポテト 【大豆】 あおのり 食塩 大根サラダ だいこん ホールコーン 上白糖 きゅうり 白砂糖 こいくちしょうゆ みりん 米酢 ごま油 花かつお	麦ごはん 精白米（強化米入り） 麦 豚肉のスタミナ焼き 豚肉 50g 豚肉（幼児園） 食塩 白こしょう 酒 しょうが にんにく こいくちしょうゆ 赤みそ 上白糖 塩だれ和え キャベツ もやし こまつな ◆鶏がらスープ 【鶏肉】 みりん 食塩 ごま油 こま 白菜スープ サラダ油 ○ペーコン【豚肉】 にんじん はくさい たまねぎ 木綿豆腐【大豆】 ◆顆粒中華だし 白こしょう うすくちしょうゆ	麦ごはん 精白米（強化米入り） 麦 肉団子と秋野菜のあんからめ ○ミートボール 【小麦・鶏肉・大豆】 れんこん さつまいも かたくり粉 大豆油 上白糖 みりん こいくちしょうゆ 米酢 かたくり粉 キャベツのおかか和え キャベツ にんじん 花かつお こいくちしょうゆ 上白糖 厚揚げのみそ汁 厚揚げ【大豆】 たまねぎ はくさい えのきたけ カッパわかめ ねぎ 赤みそ 白みそ ◆煮干だし	麦ごはん 精白米（強化米入り） 麦 さげのみそ漬け焼き さげ 50g しょうが にんにく 白みそ こいくちしょうゆ 酒 みりん 上白糖 大豆の磯煮 蒸し大豆 ひじき にんじん 油揚げ【大豆】 むぎ枝豆 みりん 酒 こいくちしょうゆ 中双 ◆顆粒和風だし 大根汁 だいこん 干し椎茸 ぶなしめじ ◆糸かまぼこ こまつな ◆かつおだし【さば】 うすくちしょうゆ 食塩 りんご りんご1/6カット	麦ごはん 精白米（強化米入り） 麦 さんまのかば焼き風 さんま 30g 酒 しょうが かたくり粉 大豆油 こいくちしょうゆ 中双 酒 かたくり粉 小松菜のお浸し こまつな キャベツ にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ こま さつま汁 鶏肉 酒 だいこん ごぼう こんにゃく さといも ねぎ 白みそ ◆煮干だし

日曜	17日（金）	20日（月）	21日（火）	22日（水）	23日（木）	24日（金）	27日（月）	28日（火）	29日（水）	30日（木）	31日（金）
料理名及び一人当たりの純使用料ⓑ（小学校・中学年）	食パン ◆食パン【小麦・乳】 チキンチャップ 鶏肉 25g 鶏肉（幼児園） 食塩 白こしょう ◆トマトケチャップ ダイストマト ◆ウスターソース 上白糖 かたくり粉 キャベツソーテー キャベツ ホールコーン 食塩 白こしょう ◆コンソメ【大豆・牛肉】 赤ピーマン 黄ピーマン サラダ油 かぼちゃのポターージュ かぼちゃペースト たまねぎ コーンペースト 豆乳【大豆】 ◆コンソメ【大豆・牛肉】 食塩 白こしょう 米粉	さつまいもごはん 精白米（強化米入り） さつまいも 酒 食塩 秋にしんの竜田揚げ にしん 40g こいくちしょうゆ 酒 しょうが かたくり粉 大豆油 野菜の生葉和え ほうれんそう キャベツ もやし しょうが こいくちしょうゆ みりん 摘斐みそ汁 にんじん だいこん 木綿豆腐【大豆】 カットわかめ ねぎ 摘斐みそ 摘斐みそ（米みそ） ◆煮干だし	麦ごはん 精白米（強化米入り） 麦 油麩丼の具 サラダ油 たまねぎ ○油ふ【小麦・大豆】 ぶなしめじ しらたき ねぎ 鶏卵 ◆顆粒和風だし こいくちしょうゆ 中双 みりん かたくり粉 笹かまぼこの磯辺揚げ ○笹かまぼこ 30g 薄力粉【小麦】 かたくり粉 あおのり 大豆油 ゆかり和え キャベツ きゅうり にんじん ◆ゆかり粉 食塩 すんだもち ○すんだもち 40g 【大豆】	麦ごはん 精白米（強化米入り） 麦 さばのみそ煮 ○さばのみそ煮 50g 【小麦・大豆・さば】 里芋と大根のそぼろ煮 サラダ油 鶏ひき肉 酒 さといも だいこん にんじん ◆顆粒和風だし こいくちしょうゆ 中双 みりん すまし汁 はくさい えのきたけ 木綿豆腐【大豆】 食塩 うすくちしょうゆ ◆かつおだし【さば】 ねぎ チンゲンサイのごま和え チンゲンサイ キャベツ にんじん ごま 上白糖 こいくちしょうゆ	五目うどん ◆うどん【小麦】 鶏肉 干し椎茸 油揚げ【大豆】 ◆かまぼこ はくさい ねぎ ◆かつおだし【さば】 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ みりん 食塩 ししゃものカレー天ぷら ししゃも 13g ホキ30g （未満児のみ） 薄力粉【小麦】 かたくり粉 食塩 ◆カレーアロマ ◆カレー粉 大豆油 チンゲンサイのごま和え チンゲンサイ キャベツ にんじん ごま 上白糖 こいくちしょうゆ	麦ごはん 精白米（強化米入り） 麦 照り焼き豆腐ハンバーグ ○豆腐ハンバーグ 50g 鶏肉 しょうが こいくちしょうゆ 中双 みりん ◆顆粒和風だし かたくり粉 4香りและ キャベツ こまつな 千切りたくあん 米酢 上白糖 白砂糖 食塩 いものこ汁 さといも だいこん にんじん ぶなしめじ こんにゃく 油揚げ【大豆】 ねぎ ◆かつおだし【さば】 こいくちしょうゆ みりん 食塩	ナン ○ナン【小麦】70g キーマカレー サラダ油 豚ひき肉 しょうが にんにく たまねぎ にんじん 蒸し大豆 ダイストマト ◆トマトケチャップ ◆ウスターソース H加-ルーク 【小麦・大豆】 ローリエ コーンペースト マゼドアンサラダ じゃがいも にんじん ホールコーン きゅうり ◆ノンエッグマヨネーズ 【大豆】 みかんシロップ漬 パイナップル漬 黄桃シロップ漬 ○杏仁豆腐ゼリー 【大豆】	麦ごはん 精白米（強化米入り） 麦 マーボー豆腐 木綿豆腐【大豆】 豚ひき肉 しょうが 大豆ミンチ サラダ油 しょうが にんにく ねぎ にら こいくちしょうゆ 赤みそ ◆トウバンジャン【大豆】 上白糖 酒 ◆顆粒中華だし かたくり粉 ごま油 ◆テンメンジャン 【小麦・大豆】 チンジュワンズ ○チンジュワンズ 【小麦・豚肉・鶏肉 大豆・ごま】28g 豆乳杏仁 みかんシロップ漬 パイナップル漬 黄桃シロップ漬 ○杏仁豆腐ゼリー 【大豆】	麦ごはん 精白米（強化米入り） 麦 鶏肉のお茶あげ 鶏肉 25g しょうが にんにく 酒 しろしょうゆ 食塩 こしょう 米粉 かたくり粉 摘斐茶 大豆油 もやしの磯和え もやし こまつな にんじん えのきたけ みりん きざみり みそ汁 だいこん 木綿豆腐【大豆】 油揚げ【大豆】 えのきたけ ねぎ 赤みそ 白みそ ◆煮干だし 柿 1/6カット	麦ごはん 精白米（強化米入り） 麦 さわらのもみじ焼き さわら 50g 食塩 白こしょう 酒 ◆ノンエッグマヨネーズ 【大豆】 にんじんペースト 3豆乳【大豆】 切干大根の甘酢和え にんじん こまつな うすくちしょうゆ 米酢 食塩 きのこ汁 まいたけ（乾燥） ぶなしめじ えのきたけ ○もみじ型かまぼこ ねぎ ◆かつおだし【さば】 うすくちしょうゆ 食塩 ○デミグラスソース 【小麦・大豆・ゼラチン 鶏肉・豚肉・牛肉】 ◆トマトケチャップ ダイストマト ◆ウスターソース 食塩 白こしょう サラダ油 ◆スープストック 【大豆・鶏肉・豚肉】 上白糖 米粉	黒食パン ◆黒食パン【小麦・乳】 ほうれん草オムレツ ○ほうれん草オムレツ 【卵・大豆】50g カラフルサラダ ブロッコリー キャベツ 赤ピーマン ホールコーン しろしょうゆ 米酢 上白糖 食塩 サラダ油 ポークシチュー 豚肉 赤ワイン じゃがいも たまねぎ ぶなしめじ ○デミグラスソース 【小麦・大豆・ゼラチン 鶏肉・豚肉・牛肉】 ◆トマトケチャップ ダイストマト ◆ウスターソース 食塩 白こしょう サラダ油 ◆スープストック 【大豆・鶏肉・豚肉】 上白糖 米粉

◎食物アレルギー特定原材料

特定原材料	卵	乳	小麦	えび
	かに	そば	ピーナッツ	くるみ
特定原材料に準ずるもの	あわび	いか	いくら	オレンジ
	キウイフルーツ	牛肉	豚肉	鶏肉
	さけ	さば	大豆	ごま
	マカダミアナッツ	やまいも	ゼラチン	りんご
	もも	カシューナッツ	アーモンド	バナナ

◎調味料に含まれる特定原材料

みそ	しょうゆ	【小麦・大豆】
	赤	【大豆】
	白	【大豆】
	摘斐	【大豆】
	米	【大豆】
サラダ油		【大豆】

※これらについては、毎回表示しません。

- ※ 牛乳は毎日つきます。
- ※ 材料の分量は、小学校中学年を基準としたものです。
- ※ ◆印は令和7年度基本物資です。（アレルギー対応配合割合については別紙「令和7年度基本物資（◆印）アレルギー対応配合表」をご参照ください。）
- ※ ○印は加工品です。○印の食材については毎月詳しい配合内容を学校にお知らせしているので、不明な点は学校にお問い合わせください。
- ※ 【 】内の表示は、アレルギー特定原材料です。配合割合やコンタミネーションについては揖斐川町学校給食センター（TEL：22-4510）までお問い合わせください。
- ※ 揚げ物をする場合は、油を複数回使用するため、えびや小麦粉などアレルギーの原因となる食品を使用する場合があります。
- ※ ししゃもなど、丸ごと食べる小魚は卵をきんでいることがあります。
- ※ 海藻や魚のすり身等の海産物には、えび、かにが混ざる場合があります。