



令和6年度

11月

予定献立表食材の都合などにより献立を変更することがあります



日	曜日	献立表	血や肉になる赤の食品	熱や力のもととなる黄の食品	体の調子を整える緑の食品	エネルギー kcal
1	金	紅葉ご飯 いかの生姜焼き お浸し 吉野汁	牛乳 いか 鶏肉	米 油 白ごま 里芋 でんぷん	人参 生姜 小松菜 キャベツ もやし ほうれんそう 大根	699
5	火	焼きカレーパン ごぼうのサラダ ジャガイモのポタージュ	牛乳 豚肉 大豆 たまご 生クリーム	無塩パン 油 でんぷん 白ごま 砂糖 ジャガイモ バター	玉葱 人参 生姜 ごぼう キャベツ もやし パセリ	733
6	水	豚キムチ丼 チョレギサラダ 豆腐のスープ	牛乳 豚肉 のり ベーコン 木綿豆腐	米 ごま油 砂糖 白ごま でんぷん	にんにく 生姜 長ねぎ キムチ 人参 たら キャベツ 小松菜 胡瓜	709
7	木	蓮根の炊き込みご飯 魚のマヨネーズ焼き かまぼこ和え すまし汁	牛乳 鶏肉 油揚げ メルルーサ チーズ かまぼこ 木綿豆腐 わかめ	米 油 砂糖 マヨネーズ	れんこん 玉葱 白菜 小松菜 人参 大根 レモン 長ねぎ マッシュルーム	757
8	金	ツナときのこのクリームパスタ トマトドレッシングサラダ ガトーショコラ	牛乳 ツナ 豆乳 生クリーム たまご	スパゲッティ オリーブ油 小麦粉 バター チョコレート	ぶなしめじ えのきたけ 玉葱 人参 にんにく パセリ キャベツ 胡瓜 コーン トマト	811
11	月	ご飯 ごぼうのコロッケ ワサビ和え 田舎汁	牛乳 豚肉 たまご 生揚げ 赤みそ 白みそ	米 ジャガイモ バター 小麦粉 パン粉 こんにゃく	玉葱 人参 パセリ ごぼう もやし キャベツ 大根 長ねぎ	757
12	火	チョコチップパン マカロニグラタン ミネストローネ	牛乳 鶏肉 ベーコン 豆乳 粉チーズ 豚肉	チョコチップパン 小麦粉 豆乳バター ジャガイモ マカロニ パン粉 オリーブ油	人参 玉葱 マッシュルーム パセリ にんにく 生姜 セロリー トマト	718
小松菜給食						
13	水	ご飯 小松菜のジャンボ餃子 中華サラダ お豆のスープ	牛乳 豚肉 のり ベーコン 大豆	米 ごま油 ぎょうぎの皮 砂糖	小松菜 キャベツ にんにく 生姜 胡瓜 人参 長ねぎ 白菜 玉葱	810
14	木	ご飯 ★エビ入りあんかけ卵焼き 胡麻和え 里芋の味噌汁	牛乳 たまご えび 鶏肉 わかめ 白みそ 赤みそ	米 油 砂糖 でんぷん 白ごま 里芋	人参 玉葱 椎茸 糸みつば えのきたけ 白菜 もやし 大根 長ねぎ	711
15	金	キーマカレー ツナ和え 豆乳プリン ~ブルーベリーソース~	牛乳 豚肉 粉チーズ ツナ 豆乳 生クリーム	米 麦 砂糖 小麦粉 バター	玉葱 人参 ピーマン 生姜 トマト にんにく キャベツ 小松菜 胡瓜 レモン ブルーベリー	860
18	月	スーリュー麺 野菜のレモン醤油かけ ヨーグルト	牛乳 豚肉 たまご 寒天 ヨーグルト	中華めん でんぷん ごま油 砂糖	人参 たけのこ 小松菜 もやし 長ねぎ 白菜 レモン	699
19	火	ご飯 鯖の文化干し 炒り卵と野菜のあえ物 味噌汁	牛乳 鯖 たまご 木綿豆腐 わかめ 赤みそ 白みそ	米 砂糖 油	小松菜 もやし キャベツ 人参 玉葱 長ねぎ	795
セレクト給食						
20	水	ご飯 鶏のから揚げor油淋鶏 磯香和え 薩摩汁	牛乳 鶏肉 のり 白みそ	米 こんにゃく でんぷん 砂糖 ごま油 はちみつ さつまいも 小麦粉	生姜 長ねぎ にんにく 小松菜 もやし キャベツ 大根 人参	805
21	木	ナポリタン ビーンズサラダ イタリアンスープ みかん	牛乳 ベーコン いんげんまめ ハム たまご チーズ	スパゲッティ オリーブ油 砂糖 マカロニ パン粉	人参 トマト みかん マッシュルーム コーン にんにく 玉葱 パセリ キャベツ 胡瓜 レモン	710
22	金	鶏肉のピラフ グリーンサラダ スイートポテト	牛乳 鶏肉 たまご 生クリーム	米 油 バター さつまいも 砂糖	人参 ごぼう 生姜 グリーンピース キャベツ 胡瓜 ブロッコリー	806
25	月	こぎつねご飯 小魚のから揚げ もやしと海苔の醤油和え すいとん汁	牛乳 油揚げ 鶏肉 にぎす ひじき のり 鶏肉	米 砂糖 小麦粉 ごま油	人参 生姜 小松菜 もやし キャベツ 大根 椎茸 ごぼう 長ねぎ	743
26	火	明太フランスパン ポトフ ハムサラダ	牛乳 めんたいこ チーズ 豚肉 ウィンナー ボンレスハム	ソフトフランスパン マヨネーズ ジャガイモ 砂糖	玉葱 人参 キャベツ セロリー コーン 胡瓜	722
27	水	親子丼 シラス和え 田舎汁	牛乳 鶏肉 たまご しらす 白みそ	米 麦 砂糖 こんにゃく ジャガイモ	玉葱 小松菜 白菜 人参 大根 ごぼう 長ねぎ	787
28	木	揚げパン フレンチサラダ 南瓜と豆乳のポタージュ	牛乳 ベーコン 豆乳 生クリーム いんげんまめ	ショートニングパン 砂糖 油 バター 小麦粉	キャベツ 胡瓜 コーン 人参 玉葱 南瓜 パセリ	710
29	金	ご飯 いかのかりんとうがらめ ツナサラダ 生揚げの味噌汁	牛乳 いか ツナ 生揚げ 赤みそ 白みそ	米 ジャガイモ ごま 小麦粉 オリーブ油 こんにゃく 砂糖	生姜 キャベツ コーン 人参 大根 ごぼう 長ねぎ	788