

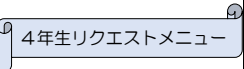


11月

給食献立表

今月の目標
よくかんで、残さず食べよう。

令和7年
有佐小学校

日	曜日	献立名		食品名		
		牛乳	主食・そえもの	おかず・他	赤	黄
					血や肉になる	エネルギーのもとになる
4	火	○	麦ごはん	いわしのおかか煮 きゅうりとわかめの酢の物 みそ汁	牛乳 いわし わかめ 油揚げ 煮干し みそ	米 麦 砂糖
5	水	○	セルフ親子丼 ぶどうゼリー	ブロッコリーのマヨネーズあえ	牛乳 鶏肉 卵 かまぼこ かつお節 出し昆布	米 片栗粉 マヨネーズ ゼリー
6	木	○	ミルクパン 	スパゲティナポリタン ツナ入りグリーンサラダ	牛乳 ベーコン ツナ	パン スパゲティ 油 砂糖
7	金	○	お弁当の日			
10	月	○	麦ごはん 一食味付けのり	じゃがいものそぼろ煮 ピーナッツあえ	牛乳 牛肉 厚揚げ 味付けのり	米 麦 じゃがいも 砂糖 油 ピーナッツ
11	火	○	きのこカレー 	海藻サラダ	牛乳 豚肉 大豆 昆布	米 さつまいも 油
12	水	○	麦ごはん	鶏の唐揚げ 大根サラダ トマトと卵のスープ	牛乳 鶏肉 卵 豆腐	米 麦 小麦粉 片栗粉 油 砂糖
13	木	○	米粉パン	チャンポン さつまいもサラダ	牛乳 豚肉 かまぼこ	パン チャンポン麺 油 マヨネーズ さつまいも
14	金	○	こぎつねごはん	すまし汁 ナッツごぼう	牛乳 鶏肉 油あげ 豆腐 だし昆布 削り節	米 こんにゃく 砂糖 油 小麦粉 片栗粉 ピーナッツ アーモンド
17	月	○	麦ごはん	ホイコーロー ワントンスープ	牛乳 豚肉 みそ 鶏肉	米 麦 こんにゃく 片栗粉 ごま油 油 ワンタン
18	火	○	白ごはん	魚のもみじ焼き ひじきのいり煮 のっぺい汁	牛乳 ホキ ひじき 大豆 油揚げ 鶏肉 厚揚げ	米 マヨネーズ こんにゃく 油 さといも 片栗粉 砂糖
19	水	○	麦ごはん  ふるさとくまさんデー	ちくわ磯辺天ぷら れんこんのきんぴら タイピーエン	牛乳 竹輪 豚肉 うすらの卵	米 麦 こんにゃく 油 砂糖 春雨 ごま油
20	木	○	白ごはん	秋の里の白玉汁 ごまあえ 豆腐ハンバーグ和風ソース	牛乳 鶏肉 厚揚げ 豆腐ハンバーグ	米 白玉団子 さといも 砂糖 ごま 片栗粉
21	金	○	麦ごはん	大根と豚肉の味噌煮 磯和え	牛乳 豚肉 大豆 厚揚げ みそ のり	米 麦 こんにゃく 砂糖 油
25	火	○	わかめごはん 	豚汁 千草焼き チップスサラダ	牛乳 わかめ 豚肉 厚揚げ みそ 千草焼き	米 麦 油 さといも ポテトチップス 砂糖
26	水	○	麦ごはん	八宝豆腐 中華サラダ	牛乳 豆腐 豚肉 うすらの卵 わかめ ロースハム	米 麦 油 片栗粉 砂糖 ごま ごま油
27	木	○	黒糖パン	鮭フライ コーンサラダ ミネストローネ	牛乳 鮭 ベーコン ミックスビーンズ 大豆	パン 油 マカロニ
28	金	○	白ごはん ふりかけ	煮込みおでん 切り干し大根のゴマネーズ和え	牛乳 鶏肉 ちくわ 厚揚げ うすらの卵 昆布 煮干し 海苔 ロースハム	米 こんにゃく 油 ごま マヨネーズ

※物資の都合により献立を変更する場合があります。