



令和2年

11月

学校給食献立予定表



〇〇小学校

日 (曜)	献立名	食品名(つかうたべもの)				
		ねつちから 熱や力になる食品(き)	ち血や肉・骨 になる食品(あか)	からだよしとの 体の調子を整える食品(みどり)		
2 (月)	むぎ 麦ごはん さけ しろや 焼き おからの炒り煮 キャベツともやしとしそあえ 牛乳	こめ おおむぎ さとう	さけ しろみそ とりにく おから	にんじん ねぎ しそ	いとごんにやく ほしいだけ ごぼう キャベツ もやし	
4 (水)	げんりょう 減量ロールパン わふう 和風スパゲッティ こまつな 小松菜 サラダ 牛乳	ロールパン スパゲッティ さとう	ベーコン まぐろあぶらづけ	にんじん こまつな ねぎ	たまねぎ しめじ ほしいだけ キャベツ	
5 (木)	むぎ 麦ごはん こうやどうふ たまご 高野豆腐の卵とし ふうふき だいこん 大根 みかん 牛乳	こめ おおむぎ さとう	とりにく こうやどうふ たまご しろみそ	にんじん	ほしいだけ いたごんにやく たまねぎ だいこん ゆず みかん	
6 (金)	こめこい 米粉入りパン ちんじゅわんず 珍珠丸子 ワンタンスープ 牛乳	こめこいパン でんぶん もちこめ ワンタンのかわ	ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう	ねぎ にんじん チンゲンサイ	しょうが ほしいだけ たまねぎ もやし
9 (月)	むぎ 麦ごはん ポークカレー コールスロー 牛乳	こめ おおむぎ じゃがいも こむぎこ さとう	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	しょうが にんにく セロリ たまねぎ キャベツ
10 (火)	むぎ 麦ごはん マーボー豆腐 はるさめの中華サラダ 牛乳	こめ おおむぎ さとう でんぶん はるさめ	ぶたにく とうふ あかみそ	ぎゅうにゅう	ねぎ	にんにく しょうが たまねぎ だけのこ キャベツ もやし
11 (水)	ロールパン シイラのフライ 添きゃべつ 白菜スープ 牛乳	ロールパン こむぎこ パンこ	シイラ	ぎゅうにゅう	こまつな	キャベツ はくさい たまねぎ
12 (木)	むぎ 麦ごはん 一口おでん 小松菜と白菜のおかかあえ 牛乳	こめ おおむぎ さとう	あつあげ あげボール うすらたまご まぐろけずりぶし	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	ごんにやく だいこん はくさい
13 (金)	ロールパン サバのカレームニエル 青菜と豆腐のスープ 手作りりんごジャム 牛乳	ロールパン こめこ さとう	さば とりにく とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ りんご
16 (月)	むぎ 麦ごはん 揚げ魚のあんかけ 沢煮椀 牛乳	こめ おおむぎ でんぶん さとう	さわら ぶたにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	えのきだけ エリンギ ごぼう だいこん こんにゃく
17 (火)	たい 鯛めし 豚汁 みかん 牛乳	こめ	まだい ぶたにく とうふ あわせみそ	ぎゅうにゅう	ねぎ にんじん	ごぼう こんにゃく だいこん しろねぎ みかん
18 (水)	ロールパン イカの青のり揚げ じゃがいものポタージュ レモンキャベツ 牛乳	ロールパン でんぶん じゃがいも こめこ さとう	イカ	ぎゅうにゅう あおさ なまクリーム	にんじん	セロリ たまねぎ キャベツ レモンかじゅう
19 (木)	むぎ 麦ごはん かしわのじゅんじゅん 小松菜ともやしのごまあえ 牛乳	こめ おおむぎ さとう	ぶたにく あつあげ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ こまつな	ごぼう いたごんにやく たまねぎ もやし
20 (金)	ことう 黒糖パン 津ギョウザ 中華野菜スープ 牛乳	ことうパン ぎょうざのかわ でんぶん	ぶたにく	ぎゅうにゅう わかめ	にら にんじん チンゲンサイ	たまねぎ にんにく しょうが もやし
24 (火)	むぎ 麦ごはん さわら 鯖の南部焼き 筑前煮 もやしのおかかあえ 牛乳	こめ おおむぎ さとう	さわら とりにく あつあげ まぐろけずりぶし	ぎゅうにゅう	にんじん	しょうが ごぼう れんこん こんにゃく もやし
25 (水)	ロールパン 白菜と肉団子のスープ さつまいもと大豆のかりんとう 牛乳	ロールパン でんぶん さつまいも くらざどう	とりにく とうふ だいず	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	たまねぎ しょうが ほしいだけ はくさい
26 (木)	ぎゅうどん 牛丼 かきたま汁 りんごゼリー 牛乳	こめ おおむぎ さとう でんぶん	ぎゅうにゅう とうふ たまご	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	いとごんにやく たまねぎ えのきだけ りんごゼリー
27 (金)	きなこ揚げパン ポトフ ツナサラダ 牛乳	ロールパン さとう じゃがいも	きなこ ソーセージ まぐろあぶらづけ	ぎゅうにゅう	にんじん	かぶ たまねぎ キャベツ
30 (月)	むぎ 麦ごはん さば しおや 鯖の塩焼き 豚肉と野菜の炒め物 すまし汁 牛乳	こめ おおむぎ さとう	さば ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな ねぎ	しょうが たまねぎ しめじ キャベツ

※天候などの都合により、献立を変更する場合がありますので、ご理解いただきますようお願いいたします。