

牛乳は毎日つきます。



# 11月 予定献立表



今月の給食目標：季節の地場産品を味わおう

令和7年度射水市立中太閤山小学校

日	曜日	しょくひんめい					
		こんだてめい 特別献立 しゅしよく	しゅさい ふくさい しるもの / にも デザートなど	おちに体をつくるものとなる前の食品		おちに体の働きを高めるものとなる後の食品	
				たんぱくしつ 1ぐん	むぎしつ 2ぐん	ビタミン・むぎしつ 3ぐん・4ぐん	おちにエネルギーのもととなる黄色の食品
				魚、肉、 豆・豆腐品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	色のこい野菜、その他の野菜、きのこ、果物	たんずいかぶつ 5ぐん 米、パン、めん いも、さとう
3	月	文化の日					
4	火	コッペパン◎	チキンナゲット2こ ポテトサラダ コーンクリームスープ◎	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう◎	にんじん きゅうり たまねぎ コーン	コッペパン◎ じゃがいも こめこ
5	水	ごはん	アジのカレーあげ■ のりあえ ぶたじる	アジ■ ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう◎ のり	こまつな もやし だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん でんぶん さつまいも
6	木	切り込み入りコッ ペパン◎	ウインナー2ほん フレンチサラダ コンソメスープ ケチャップバック	ウインナー とりにく	ぎゅうにゅう◎	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ しめじ ブロッコリー	コッペパン◎ さとう
7	金	ごはん	とりにくのおこうじやき ごまみそあえ こんさいじる	とりにく あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう◎	こまつな れんこん にんじん だいこん しめじ ねぎ	ごはん さとう さといも
10	月	ごはん	サバのしおやき■ ひじきのいために かきたまじる★ みかん◆	サバ■ ぶたにく あぶらあげ たまご★	ぎゅうにゅう◎ ひじき	にんじん こんにゃく さやいんげん たまねぎ はくさい なら みかん◆	ごはん さとう でんぶん
11	火	ごはん	ぶたにくとだいずのあげがらめ コーンあえ もすくととうふのみそじる	ぶたにく だいず とうふ みそ	ぎゅうにゅう◎ もすく	しょうが もやし こまつな コーン たまねぎ にんじん えのきだけ ねぎ	ごはん でんぶん さとう
12	水	ごはん	サケのあまみそがけ■ ごまあえ おでん★ りんご◆	サケ■ みそ あつあげ うすらたまご★	ぎゅうにゅう◎ こんぶ	ほうれんそう はくさい だいこん にんじん こんにゃく りんご◆	ごはん でんぶん さとう さといも
13	木	コッペパン◎	とりにくのパンこやき いみずのサラダ あきのかおりシチュー◎	とりにく ベーコン しろいんげんまめ	ぎゅうにゅう◎	にんにく キャベツ みずな にんじん たまねぎ しめじ ブロッコリー	コッペパン◎ さつまいも パンこ こむぎこ さとう
14	金	ごはん	ちくわのいそべあげ■2こ ナムル マーボーとうふ	ちくわ■ ぶたにく とうふ あかみそ	ぎゅうにゅう◎ あおさ	もやし きゅうり とうみょう しょうが にんにく にんじん たまねぎ たけのこ ほししいたけ ねぎ	ごはん こむぎこ さとう でんぶん
17	月	ごはん	サンマのポイルやき■ だいがくいも ワンタンスープ	サンマ■ みそ ぶたにく	ぎゅうにゅう◎	たまねぎ にんじん たけのこ ほししいたけ もやし ねぎ	ごはん さつまいも さとう ワンタンのかわ
18	火	ミニコッペパン◎	にくだんご2こ はなやさいサラダ クリームスープスパゲッティ◎ オレンジ◆	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう◎	ブロッコリー カリフラワー にんじん たまねぎ にんじん こまつな しめじ オレンジ◆	ミニコッペパン◎ スパゲッティ さとう こめこ
19	水	ごはん	あかうおのなんばんづけ■ こんぶあえ ちくぜんに	あかうお■ とりにく あつあげ	ぎゅうにゅう◎ こんぶ	キャベツ こまつな にんじん ほししいたけ れんこん こんにゃく ごぼう さやいんげん	ごはん でんぶん さとう さといも
20	木	あげパン◎	オムレツ★ ハインサラダ◆ ミネストローネ	たまご★ きなこと とりにく だいず	ぎゅうにゅう◎	キャベツ きゅうり パインかん◆ たまねぎ にんじん トマト	コッペパン◎ さとう ファルファレ
21	金	むぎごはん	とうにゅうコーンコロケ かいそうサラダ ボークカレー	とうにゅう ぶたにく	ぎゅうにゅう◎ わかめ くきわかめ かんでん つのまた	コーン だいこん ブロッコリー にんにく しょうが たまねぎ にんじん	ごはん むぎ パンこ じゃがいも
24	月	勤労感謝の日振替休日					
25	火	キムチ チャーハン◎	エビシュウマイ※■2こ ちゅうかあえ わかめスープ	エビ※ タラ■ ぶたにく とりにく とうふ	ぎゅうにゅう◎ わかめ	はくさい ねぎ にんにく コーン もやし きゅうり にんじん たまねぎ たけのこ	ごはん さとう シュウマイのかわ
26	水	ごはん	あつあげのごまだれがけ はりはりあえ おやこに★	あつあげ とりにく たまご★	ぎゅうにゅう◎	こまつな キャベツ きりほしだいこん しょうが にんじん たまねぎ ほししいたけ さやいんげん	ごはん でんぶん さとう じゃがいも
27	木	しょくパン◎	とりにくとこうやとうふのケチャップがらめ ごぼうサラダ とうにゅうスープ はちみつマーガリン◎	とりにく こうやとうふ ベーコン とうにゅう	ぎゅうにゅう◎	しょうが ごぼう キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ はくさい しめじ	しょくパン◎ さとう
28	金	ゴーセイな日献立 ゆかりごはん	ゴーセイなメンチカツ カラフルサラダ うどんじる■ 6しミックスゼリー◆	ぶたにく あぶらあげ あかまきかまぼこ■	ぎゅうにゅう◎	しそ キャベツ コーン にんじん きゅうり たまねぎ ほししいたけ ねぎ	ごはん さとう パンこ うどん わふうドレッシング 6しミックスゼリー◆

## 食物アレルギーの対応について

次の食品が含まれている場合には、献立名の横に印を付けました。参考にしてください。

卵・卵製品・・・★  
魚類・・・■

牛乳・乳製品・・・◎  
魚卵・・・●

エビ・カニ・イカ・・・※  
くだもの・・・◆

(注1) 調味料・油・出汁には印をつけていません。

(注2) パンには、乳(脱脂粉乳)が含まれています。

献立は、都合により変更する場合があります。