

# 〔令和6年度 11月小学校給食予定献立表〕

桶川市教育委員会（桶川市立日出谷小学校）

日	献立名	牛乳	おもにエネルギーのもとになる食品 (きいろ)	おもに体をつくるもとになる食品 (あか)	おもに体の調子をととのえる食品 (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	
1 金	豆腐のそぼろ丼 (ご飯)	○	砂糖 なたね油 でんぶん	豆腐 とり肉 こんぶ	こまつな にんじん 玉ねぎ たけのこ しょうが にんにく 干しいたけ	616 kcal	
	トックスープ		精米 おおむぎ トックもち ごま油	わかめ	玉ねぎ ねぎ	23.1 g	
	黒パン		黒パン				614 kcal
5 火	大豆とマカロニの ミートソース煮	○	マカロニ 砂糖 なたね油	ぶた肉 大豆	にんにく 玉ねぎ にんじん トマトピューレ	26.4 g	
	グリーンサラダ		砂糖 なたね油		キャベツ きゅうり ブロッコリー コーン		
6 水	菜めし	○	精米 おおむぎ なたね油 ごま	ちりめんじゃこ	だいこん葉	685 kcal	
	とり肉カシューナッツいため		でんぶん じゃがいも なたね油 カシューナッツ 砂糖	とり肉	しょうが ピーマン 赤ピーマン	28.8 g	
	みそ汁			油あげ みそ	だいこん ねぎ にんじん		
7 木	みそラーメン (ちゅうかめん)	○	なたね油	ぶた肉 なたね油 みそ	にんじん キャベツ ねぎ りょくとうもやし にんにく しょうが	610 kcal	
	蒸ししゅうまい		ちゅうかめん	ポークしゅうまい		25.0 g	
	だいこんサラダ		ごま油 砂糖		にんじん だいこん みずな コーン		
	くだもの ご飯		精米 おおむぎ		かき		
8 金	焼き魚	○		さばだししょう油		629 kcal	
	五目きんぴら		こんにゃく ごま なたね油 砂糖	さつま揚げ	にんじん ごぼう れんこん	23.0 g	
	太陽のちから汁			こんぶ 凍り豆腐 みそ	ゆで干し大根 干しいたけ 玉ねぎ		
11 月	ご飯	○	精米 おおむぎ			599 kcal	
	パワフル鉄ちゃん		なたね油 砂糖	ぶたレバー竜田		24.4 g	
	ビーフンのピリ辛いため		なたね油 砂糖 ビーフン でんぶん ごま油	とり肉 みそ	しょうが にんにく にんじん 干しいたけ 玉ねぎ ねぎ にら		
	わかめスープ			わかめ かまぼこ	りょくとうもやし チンゲンツァイ		
12 火	ツイストパン	○	ツイストパン			590 kcal	
	とり肉のマスタード焼き		はちみつ オリーブ油	とり肉		28.4 g	
	白菜とコーンのサラダ		なたね油 砂糖		白菜 ブロッコリー コーン にんじん		
	コンソメスープ		じゃがいも なたね油	ウインナー	にんじん 玉ねぎ たもぎたけ		
13 水	開校記念日						
15 金	わらじかつ丼 (ご飯)	○	なたね油 砂糖	チキンカツ	キャベツ	622 kcal	
	こんさい汁		精米 おおむぎ			22.5 g	
	くだもの		さといも	豆腐 みそ	だいこん にんじん ねぎ ごぼう		
18 月	ご飯	○	精米 おおむぎ			645 kcal	
	カレーのレモン風味		なたね油 砂糖	ソフトかれいでんぶんつき	レモン果汁	25.1 g	
	切干だいこんの煮付け		なたね油 砂糖	油あげ	にんじん 切干だいこん		
19 火	呉汁	○	こんにゃく さといも なたね油	大豆 豆腐 みそ	にんじん ごぼう ねぎ	591 kcal	
	しゃくし菜とドライトマトのた きこみご飯		精米 おおむぎ なたね油	ウインナー	セミドライトマト にんにく しょうが 玉ねぎ にんじん マッシュルーム しゃくし菜	17.7 g	
	オムレツ			ブレンオムレツ			
	紅花ドレッシングサラダ		なたね油 砂糖		りょくとうもやし キャベツ 紅花間引き菜 にんじん しょうが 玉ねぎ		
20 水	デザート	○	寄居町産みかんゼリー			593 kcal	
	吹き寄せごはん		精米 おおむぎ 粟 砂糖	小豆 油あげ	にんじん ぶなしめじ	20.3 g	
	ニギスイソペフライ		なたね油	ニギスイソペ米粉フライ			
21 木	ひじきのごま風味炒め	○	こんにゃく ごま油 なたね油 砂糖 ごま	ひじき ぶた肉	にんじん ごぼう さやいんげん	642 kcal	
	肉汁うどん (じごなうどん)		砂糖	ぶた肉 油あげ こんぶ	にんじん ねぎ 玉ねぎ 干しいたけ 小松菜 しょうが	22.7 g	
	鬼まん		じごなうどん				
22 金	ごますあえ	○	小麦粉 砂糖 なたね油 さつまいも	豆乳		595 kcal	
	ご飯		ごま 砂糖		白菜 キャベツ にんじん	27.5 g	
	白身魚の野菜あんかけ		精米 おおむぎ				
	五目豆		なたね油 砂糖 でんぶん	ホキでんぶんつき	にんじん 玉ねぎ たけのこ こねぎ		
25 月	すまし汁	○	こんにゃく 砂糖 なたね油	大豆 とり肉 こんぶ	にんじん ごぼう	599 kcal	
	パエリア		精米 おおむぎ なたね油	わかめ お魚だんご	ねぎ みずな 玉ねぎ 赤ピーマン ピーマン にんにく カットトマト	24.8 g	
	ハンバーグケチャップソース		なたね油	いか あさり えび	とりとぶたのハンバーグ		
26 火	花野菜サラダ	○	なたね油 砂糖 マヨネーズ(卵不使用)		玉ねぎ ふなしめじ ブロッコリー カリフラワー コーン キャベツ	700 kcal	
	きなココアトースト		食パン グラニュー糖 マーガリン	きな粉		24.3 g	
	ボルシチ		じゃがいも マヨネーズ(卵不使用) なたね油	ぶた肉	セロリー にんじん 玉ねぎ キャベツ ピーツ にんにく カットトマト	24.5 g	
27 水	くだもの	○			みかん	661 kcal	
	豆乳カレーライス (ライス)		砂糖 じゃがいも なたね油 米粉	ぶた肉 豆乳	玉ねぎ しょうが にんにく にんじん トマトピューレ	22.3 g	
	ツナと野菜のさっぱりサラダ		精米 おおむぎ				
28 木	なめこおろしうどん (じごなうどん)	○	砂糖 なたね油	まぐろ油漬け	キャベツ コーン にんじん	618 kcal	
	みそポテト		砂糖	とり肉 油あげ	だいこん なめこ にんじん ねぎ	21.9 g	
	のらぼうあえ		じごなうどん				
29 金	のらぼうあえ	○	じゃがいも 小麦粉 なたね油 砂糖	みそ		607 kcal	
	ルーロー飯 (ご飯)		ごま 砂糖		白菜 のらぼう菜 りょくとうもやし	25.9 g	
	野菜スープ		なたね油 砂糖 でんぶん	ぶた肉 いらたまご	にんにく しょうが ねぎ 玉ねぎ 干しいたけ たけのこ こまつな		
* 食中毒防止のため生野菜は控えてあります。			給食回数 18回			11月分平均摂取栄養量	625 kcal
* 都合により献立および食材を変更することがあります。						学校給食食事摂取基準	24.3 g
【給食費について】 病気や事故その他の理由で給食を食べないことが見込まれる場合は、学校に給食を止める連絡をお願いします。 給食停止期間が連続5日以上となった場合、その日数により、給食費の返金の対象となる場合があります。							650 kcal
					27.6 g		