

令和7年度 11月分		小学校給食予定献立表(〇〇小学校 Bコース)				鴻巣市教育委員会
日曜	献立名	食 品 の 種 類				エネルギーたんぱく質
		エネルギーのもとになる(黄)	体をつくるもとになる(赤)	体の調子を整えるもとになる(緑)	調味料	
4火	牛乳		牛乳			623
	豚バラはくさいの卵あんかけうどん	地粉うどん 油 砂糖 片栗粉	豚肉 なたと 卵	しょうが にんじん はくさい しめじ こねぎ	酒 しょうゆ みりん 塩 かつおだし	22.7
	にらともやしのおひたし		ひじき	にら もやし	しょうゆ かつおだし	15%
	いがまんじゅう(鴻巣市の郷土料理)	あん入りまんじゅう 赤飯				
5水	牛乳		牛乳			657
	焼き鳥丼	米 大麦 ごま油 砂糖 片栗粉 さつまいも...油	鶏肉	ねぎ	塩 こしょう しょうゆ みりん	28.6
	日高こま鍋汁	ごま油	豚肉 豆腐 あさり みそ	しょうが にんにく にら はくさい だいこん ねぎ 干しいたけ はくさいキムチ	酒 かつおさばだし チンタン しょうゆ みりん	17%
	チーズ		チーズ			
6木	牛乳		牛乳			596
	黒パン	黒パン				29.7
	チリコンカン	油	大豆 豚肉 大豆ミート	玉ねぎ にんじん にんにく	赤ワイン トマトソース ケチャップ ウスターソース 塩 こしょう オレガノ チリパウダー	20%
	ツナサラダ	砂糖 油	まぐろ水煮	きゅうり キャベツ コーン レモン果汁 玉ねぎ	酢 塩 こしょう	
7金	牛乳		牛乳			632
	しゃくし菜ごはん	米 大麦 油 砂糖 ごま	豚肉	しょうが しゃくし菜漬け	塩 酒 しょうゆ	23.8
	わかさぎフライ(低2こ・高3こ)	油	わかさぎフライ		しょうゆ 酒 みりん 塩 かつおさばだし	15%
	煮ぼうとう(深谷市の郷土料理)	ほうとうめん	豚肉 油揚げ	ほうれんそう にんじん ねぎ だいこん 干しいたけ		
10月	牛乳		牛乳			594
	ココア揚げパン	コッペパン 砂糖 油			ココア	26.3
	じゃがいものクリーム煮	油 じゃがいも 小麦粉 バター	鶏肉 チーズ 牛乳 スkimミルク	玉ねぎ にんじん しめじ	コンソメ 塩 こしょう	18%
	フラワーサラダ			ブロッコリー カリフラワー コーン	ドレッシング	
11火	牛乳		牛乳			589
	ごはん	米				25.5
	厚揚げ入りホイコウロウ	油 砂糖	豚肉 厚揚げ みそ	しょうが ピーマン キャベツ にんじん 干しいたけ	しょうゆ 酒 唐辛子粉	17%
	春雨スープ	春雨 ごま	鶏肉	にんじん ねぎ えのきたけ チンゲンサイ	中華だし 塩 酒	
12水	牛乳		牛乳			593
	食パン	食パン				28.8
	ジャム	各校ジャム				19%
	鮭グラタン	マカロニ 油 ベシャメルソース	鮭 牛乳 スkimミルク チーズ	玉ねぎ	白ワイン 塩 こしょう	
	ポイルブロッコリー			ブロッコリー	塩	
13木	牛乳		牛乳			624
	さんまご飯	米 大麦 砂糖 油	さんま片栗粉付き	しょうが にんじん しめじ	酒 塩 しょうゆ みりん	26.4
	だし巻き卵		だし巻き卵			17%
	あさりのみそ汁	じゃがいも	あさり 豆腐 みそ	ねぎ	かつおさばだし	
	くだもの			くだもの		
17月	牛乳		牛乳			709
	小江戸カレーライス	米 大麦 油 バター 小麦粉 じゃがいも さつまいも	豚肉 スkimミルク	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん ほうれんそう すりおろしりんご 炒め玉ねぎ	カレー粉 スープストック ケチャップ ウスターソース こしょう 塩	22.3
	フルーツヨーグルト		ヨーグルト	パイン缶 黄桃缶 りんご缶 みかん缶		13%

日 曜	献立名	食 品 の 種 類				エネルギー たんぱく質
		エネルギーのもとになる(黄)	体をつくるもとになる(赤)	体の調子を整えるもとになる(緑)	調味料	
18 火	牛乳		牛乳			620
	富山ブラックラーメン	ホット中華めん ごま油	豚肉	キャベツ もやし にんじん ねぎ しなちく	どんこつ 鶏ガラ 中華だし しょうゆ 黒こしょう	25.0
	えびとブロックリーのナムル	砂糖 ごま油 ごま	えび	ブロックリー にんにく	しょうゆ パプリカ粉 チリパウダー 酢	16%
	季節のアップルパイ	パイ皮 りんごジャム 粉糖		りんご		
19 水	牛乳		牛乳			645
	ごはん	米				
	ねぎ塩チキン	片栗粉 米粉 油 ごま油 砂糖	鶏肉	ねぎ レモン果汁	酒 塩 しょうゆ こしょう 黒こしょう 中華だし	30.1
	大豆の磯煮	砂糖 油	鶏肉 さつま揚げ 大豆 ひじき	ごぼう にんじん こんにゃく	しょうゆ みりん	19%
	こまつなのみそ汁	じゃがいも	油揚げ みそ	こまつな	かつおさばだし	
20 木	牛乳		牛乳			667
	焼肉チャーハン	米 大麦 砂糖 油 ごま油	豚肉	にんにく しょうが ねぎ にんじん こまつな	オイスターソース しょうゆ 塩 こしょう 中華だし	24.9
	揚げぎょうざ(低1こ・高2こ)	油	ぎょうざ			15%
	わかめスープ	ごま	わかめ 豆腐	ねぎ にんじん えのきたけ	中華だし 塩 しょうゆ	
	デザート	各校デザート				
21 金	牛乳		牛乳			598
	ツイストパン	ツイストパン				
	スペイン風オムレツ	砂糖	スペイン風オムレツ		ケチャップ 中濃ソース 赤ワイン	23.3
	手作り肉だんごとはくさいのスープ	片栗粉 春雨	豚肉	玉ねぎ しょうが 干しいたけ にんじん はくさい こまつな ねぎ	酒 塩 こしょう スープストック しょうゆ	16%
	くだもの			くだもの		
25 火	牛乳		牛乳			679
	豆腐ラーメン	ホット中華めん 砂糖 ごま油 片栗粉	豆腐 豚肉 なた わかめ	にんじん 玉ねぎ ねぎ しょうが 干しいたけ	しょうゆ 酒 塩 こしょう とんこつ	22.3
	大学いも	さつまいも 油 砂糖 片栗粉 ごま			しょうゆ	13%
26 水	牛乳		牛乳			587
	ごはん	米				
	赤魚の塩こうじ焼き		赤魚の塩こうじ漬け			26.3
	ピリ辛肉じゃが	じゃがいも 油 砂糖	豚肉	にんじん 玉ねぎ ねぎ さやいんげん にんにく しょうが	しょうゆ 酒 コチュジャン かつおさばだし	18%
	きのこのみそ汁		豆腐 みそ	にんじん 玉ねぎ えのきたけ しめじ	かつおさばだし	
27 木	牛乳		牛乳			592
	チキンライスの ホワイトソースかけ	米 大麦 油 ホワイトルウ	鶏肉	にんじん 玉ねぎ ピーマン	スープストック 塩 ケチャップ 白ワイン	20.9
	ほうれんそうサラダ	油 砂糖		ほうれんそう キャベツ にんじん コーン 玉ねぎ	酢 塩 こしょう	14%
	くだもの			くだもの		
28 金	牛乳		牛乳			606
	ごはん	米				
	さばの照り焼き		さばの照り焼き漬け			23.6
	ねぎぬた (深谷市の郷土料理)	ごま 砂糖	さつま揚げ みそ	ねぎ	酢 辛子粉	16%
	まゆ玉汁	白玉だんご	なると	こんにゃく にんじん こまつな ねぎ えのきたけ	塩 しょうゆ かつおさばだし	
はしは毎日 忘れずに持ってきてましょう		給 食 回 数 17 回	学校給食摂取基準 エネルギー 650 kcal たんぱく質 摂取エネルギーの13～20%		11月平均摂取量 624 kcal 25.3g(16.2%)	
<p>* 都合により献立は変更になることがあります。アレルギー食品は表示していません。加工食品等で使用されている場合がありますのでご注意ください。</p> <p>【肉・青果等の産地(令和7年度10月分)】使用した主な食材の産地をお知らせします。なお、市内小学校で共同購入する食材は市ホームページをご覧ください。</p> <p>豚肉: 鶏肉: にんじん: 玉ねぎ: さつまいも: さといも: まいたけ: こまつな: ねぎ: だいこん:</p>						
<p>11月は<b>彩の国ふるさと学校給食月間</b>です。</p> <p>11月の給食では、埼玉県の郷土料理や特産物を使った献立が多く登場します。地場産物を取り入れ、自然の恵みに感謝し、地域で育まれた食文化を大切にできるよう、次世代を担う子どもたちに伝えていく取り組みをしています。</p>						