

令和6年度 11月分 小学校給食予定献立表(〇〇小学校A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
		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	たんぱく質
1金	牛乳		牛乳			586
	富山ブラックラーメン	ホット中華めん				
	春巻	ごま油	豚肉	キャベツ もやし にんじん ねぎ しなちく	とんこつ 鶏ガラ 中華だし しょうゆ 黒こしょう	22.5
	わかめサラダ	砂糖 ごま油 ごま	わかめ	サラダこんにゃく きゅうり コーン にんにく	しょうゆ パプリカ粉 チリパウダー 酢	15%
5火	牛乳		牛乳			618
	ごはん	米				
	彩の国納豆		納豆		しょうゆたれ	
	あじの深谷ねぎ香り焼き		あじ深谷ねぎ香り漬け			30.7
	切り昆布の煮物	砂糖 ごま油	昆布 鶏肉	にんじん 干しいたけ こんにゃく	酒 しょうゆ 塩	20%
豚汁	じゃがいも 油	豚肉 豆腐 みそ	にんじん だいこん ごぼう ねぎ	かつおさばだし		
6水	牛乳		牛乳			674
	のりピザトースト	食パン 油	まぐろ油漬け のり チーズ	玉ねぎ ピーマン	トマトソース 塩 こしょう ナツメグ オレガノ	
	ポトフ	じゃがいも	豚肉 うずら卵	にんじん 玉ねぎ キャベツ パセリ	コンソメ 塩 こしょう 白ワイン	30.9
	デザート	各校デザート				18%
7木	牛乳		牛乳			612
	しゃくし菜ごはん	米 油 砂糖 ごま	豚肉	しゃくし菜漬け しょうが	塩 酒 しょうゆ	
	厚焼き卵		厚焼き卵			
	煮ほうとう(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	しょうゆ 酒 みりん 塩 かつおさばだし	26.0
くだもの			くだもの		17%	
8金	牛乳		牛乳			683
	小江戸カレーライス	米				
		油 バター 小麦粉 じゃがいも さつまいも	豚肉 スキムミルク	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん ほうれんそう すりあろしりんご 炒め玉ねぎ	カレー粉 スープストック 塩 ケチャップ ウスターソース こしょう	21.7
フルーツヨーグルト		ヨーグルト	パイナップル 甘夏みかん 黄桃		13%	
11月	牛乳		牛乳			648
	まめまめごはん	米 油 砂糖	大豆 油揚げ	えだまめ にんじん しめじ	しょうゆ 酒 塩	
	わかさぎフライ(低2こ・高3こ)	油	わかさぎフライ			29.1
	日高ごま鍋汁	さといも ごま油	豚肉 豆腐 あさり みそ	しょうが にんにく にはくさい だいこん ねぎ 干しいたけ はくさいキムチ	酒 チンタン しょうゆ みりん かつおさばだし	18%
くだもの			くだもの			
12火	牛乳		牛乳			602
	ココア揚げパン	ココアパン ココア 砂糖 油				
	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 あさり チーズ 牛乳 スキムミルク	玉ねぎ にんじん しめじ	コンソメ 塩 こしょう	27.8
フラワーサラダ			ブロッコリー カリフラワー コーン		18%	
				各校ドレッシング		
13水	牛乳		牛乳			628
	ごはん	米				
	赤魚の塩こうじ焼き		赤魚の塩こうじ漬け			
	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	29.8
五目汁	でんぷん	厚揚げ	にんじん だいこん ねぎ えのきたけ	かつおさばだし しょうゆ 酒 塩	19%	
15金	牛乳		牛乳			674
	川幅肉汁うどん	ほうとう太打ちめん				
	みそポテト(秩父市の郷土料理)	じゃがいも 小麦粉 油 砂糖	豚肉 油揚げ	にんじん ねぎ 干しいたけ	しょうゆ 酒 みりん かつおだし	25.7
	荻わかめサラダ		荻わかめ	サラダこんにゃく キャベツ		15%
				各校ドレッシング		
18月	牛乳		牛乳			604
	ツイストパン	ツイストパン				
	ホキのこんがり焼き	ノンエッグマヨネーズ パン粉 コーンフレーク	ホキ チーズ		塩 こしょう	26.1
	粉ふき芋	じゃがいも		パセリ	塩 こしょう	
ミネステ麦リゾット	大麦 オリブオイル	ベーコン あさり	玉ねぎ にんじん ピーマン セロリ トマト にんにく	スープストック 塩 こしょう	17%	

日曜	献立名	食品の種類				エネルギー
		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	たんぱく質
19火	牛乳		牛乳			640
	ソイ丼	米				
	卵とコーンの中華スープ	春雨 ごま	鶏肉 卵	にんじん ねぎ コーン チンゲンサイ	中華だし 塩 酒	31.9
	味付き小魚		味付き小魚			20%
20水	牛乳		牛乳			597
	チキンライスのホワイトソースかけ	米 油	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	
	コールスローサラダ	油 砂糖	牛乳 生クリーム	玉ねぎ パセリ	塩 こしょう	22.7
くだもの			くだもの		15%	
21木	牛乳		牛乳			636
	ごはん	米				
	みそカツ(愛知県の郷土料理)	油 砂糖	豚ロースカツ みそ		みりん しょうゆ	
	うま塩キャベツ	ごま油 ごま	のり	キャベツ きゅうり にんじん にんにく	塩 昆布茶 黒こしょう	23.1
けんちん汁	さといも 油	鶏肉 豆腐	にんじん だいこん ねぎ こんにゃく	かつおさばだし しょうゆ	15%	
22金	牛乳		牛乳			626
	チャンポンめん(長崎県の郷土料理)	ホット中華めん				
	ひじきの中華炒め	ごま油	ひじき 鶏肉	にんじん たけのこ ピーマン しょうが にんにく こんにゃく	中華だし 酒 豆板醤 しょうゆ こしょう	24.8
	季節のアップルパイ	パイ皮 粉糖 りんごジャム		りんご		16%
25月	牛乳		牛乳			706
	セルフあんぱん	こどもパンスライス 砂糖				
	チキンナゲット(低1こ・高2こ)		チキンナゲット		塩	26.0
武蔵野スープ	油 さつまいも 小麦粉	鶏肉 牛乳 スキムミルク	玉ねぎ にんじん パセリ		15%	
26火	牛乳		牛乳			613
	ごはん	米				
	鮭のもみじ焼き	ノンエッグマヨネーズ	鮭	にんじん	こしょう	
	れんこんの金平	ごま 油 ごま油 砂糖		れんこん にんじん さやいんげん	しょうゆ 酒	29.8
どさんこ汁(北海道の郷土料理)	油 じゃがいも バター	豚肉 豆腐 みそ	玉ねぎ にんじん にはくさい	かつおさばだし	19%	
27水	牛乳		牛乳			623
	焼肉チャーハン	米 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	
	焼きぎょうざ(低1こ・高2こ)		ぎょうざ			24.5
	フォーのスープ	米粉めん ごま油	鶏肉	にんじん 玉ねぎ キャベツ チンゲンサイ	中華だし しょうゆ 塩 こしょう 酒	16%
デザート	各校デザート					
28木	牛乳		牛乳			624
	黒パン	黒パン				
	チリコンカン	油	大豆 豚肉 大豆ミート	玉ねぎ にんじん しめじ 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	29.8
せん切りおじゃがのサラダ	じゃがいも 油 ごま 砂糖		キャベツ きゅうり 赤パプリカ	酢 こしょう しょうゆ	19%	
29金	牛乳		牛乳			610
	ごはん(こうのとり伝説米)	米				
	さばの照り焼き		さばの照り焼き漬け			
	ねぎぬた(深谷市の郷土料理)	ごま 砂糖	かまぼこ みそ	ねぎ	酢 辛子粉	24.2
まゆ玉汁	白玉だんご さといも	なると	にんじん こまつな ねぎ えのきたけ	かつおさばだし しょうゆ 塩	16%	
はしは毎日 忘れずに持ってきましょう		給食回数	学校給食摂取基準		エネルギー 650 kcal	11月平均摂取量 632 kcal
		19回	たんぱく質 摂取エネルギーの13~20%		26.7g(16.9%)	
* 材料入荷の都合により変更になることがあります。アレルギー食品については表示していませんが、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。						
【肉・青果等の産地(令和6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。						
豚肉: 鶏肉: にんじん: 玉ねぎ: じゃがいも: キャベツ: なす: チンゲンサイ: こまつな: さつまいも: ねぎ: ごぼう: えのきたけ:						
11月は彩の国ふるさと学校給食月間です。				11月の給食では、地場産物を取り入れ、日本各地の郷土料理が登場します。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。		