

学校給食献立表

令和7年度11月

晏市立川尻小学校



日	曜日	献立名	つかわれているたべもの						エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)
			おもにからだをつくる赤のたべもの	おもにからだのちょうしをととのえる緑のたべもの	おもにエネルギーのとどくなる黄色のたべもの					
4	火	ごはん 牛乳 ぎゅうたまだんぱりのぐわふうサラダチーズ	きゅうにくたまごちくわ	きゅうにゅうわかめしらすぼしチーズ	にんじんねぎたまねぎほししいたけきやべつきゅうり	こめさとう	ごまごまあぶら	628	27	
5	水	ごはん 牛乳 こんさいのごまみそにかきたまじるかつおふりかけ	ぶたにくみそたまごかつおふりかけ	きゅうにゅうのり	にんじんねぎれんこんごぼうこんにゃくたまねぎえのきたけ	こめさとう	ごまあぶら	581	21	
6	木	ごはん 牛乳 さばのしおやきはくさいのおかかあえのっぺいじる	さばかつおぶしとりにくあぶらあげ	きゅうにゅう	にんじんねぎはくさいたいこん	こめさといも	ごまあぶら	613	27	
7	金	パン 牛乳 ぽたんラザニアコーンスープ	いのしにくベーコン	きゅうにゅうホワイトソースチーズ	にんじんトマトにんにくたまねぎバセリ	パンマカロニじゃがいも	あぶら	692	27	
10	月	学習発表会のふりかえ休日								
11	火	ごはん 牛乳 さけのゆうあんやきほうれんそうのいそかあえとりごぼうじる	さけかつおぶしとりにくみそ	きゅうにゅうのりしらすぼし	ほうれんそうにんじんねぎゆずもやし	こめさとう	569	30		
12	水	パン 牛乳 キムチラーメンあげぎょうざチョコクリーム	ぶたにくみそぎょうざ	きゅうにゅう	にんじんねぎたまねぎはくさいもやし	パンちゅううそばチョコクリーム	ごまあぶら	684	25	
13	木	ごはん 牛乳 タンドリーチキンコーンキャベツわかめスープ	とりにくぶたにく	きゅうにゅうヨーグルトわかめ	にんじんにんにくしょうがレモンきやべつとうもろこし	こめさとう	ごまあぶらごま	557	26	
14	金	ごはん 牛乳 はっぽうさいビーフンスープ	ぶたにくえびいかうずらたまごやきぶた	きゅうにゅう	にんじんビーマンねぎしょうがたまねぎはくさいきくらげ	こめでんぶんビーフン	あぶらごまあぶら	584	24	
17	月	ごはん 牛乳 あきのもみじカレーキラキラフルーツポンチ	しかにく	きゅうにゅう	にんじんしおがにんにくたまねぎれんこんしめじエリンギりんごみかんナタデココバインアップルもち	こめさつまいもレモンゼリー	あぶら	675	20	
18	火	ごはん 牛乳 ぶたにくともやしのチャンブルもずくスープこさかな	ぶたにくとうぶたまごもずく	きゅうにゅうもずくかえりいこ	にんじんにらにんにくしょうがもやしたまなぎえのきだけ	こめ	あぶらごまあぶら	587	24	
19	水	パン 牛乳 スイートポテトシチュひちゅんさんサラダいちご&マーガリンヨーグルト	ぶたにくハムかつおぶし	きゅうにゅうごんじんヨーグルト	にんじんいいねんミニトマトたまねぎきやべつ	パンさつまいもさとういちごジャム	あぶらマーガリン	613	23	
20	木	ごはん 牛乳 びしゅなべこいわしのからあげみかん	ぶたにくとりにくこいわし	きゅうにゅう	にんじんニラはくさいたまねぎこんにゃくもやし	こめでんぶん	あぶら	613	25	
21	金	ごはん 牛乳 チキンれんこん11がつのみそしらじつけのり	とりにくあつあげみそ	きゅうにゅうのり	にんじんねぎたまねぎれんこんえだまめしめじ	こめでんぶん	あぶら	659	24	
25	火	わかめごはん 牛乳 はるさめのごもくいためワンタンスープ	ぶたにくあぶらあげやきぶた	きゅうにゅうわかめ	にんじんピーマンねぎしょうがほししいたけたまねぎきやべつもやし	こめはるさめ	あぶら	584	20	
26	水	ココアあいパンのむヨーグルトミネストローネパンナコッタ	おたんじようびきゅうりんご	のむヨーグルト	にんじんトマトトマトジュースたまねぎきやべつ	パンミルクココアマーガリンじゃがいもパンナコッタ	あぶら	648	16	
27	木	ごはん 牛乳 しき corroーつみれスープかんこくのり	いのしにくつみれみそ	きゅうにゅうのり	にんじんビーマンにらしょうがきやべつ	こめさとう	あぶらごまあぶら	619	23	
28	金	ごはん 牛乳 とりそぼろあつあげのみそしらじつけのり	とりにくたまごあつあげみそ	きゅうにゅう	いんげんにんじんねぎしょうがたまねぎえのきだけみかん	こめさとう	あぶら	647	24	

会員登録

今月の給食費
260(円)×17(回)=4,420(円)

10・11月分の給食費は、学校給食費無料化事業実施のため、保護者への集金はありません。

※物資の納入状況により、献立や食材を変更することがあります。ご了承ください。