

# 令和6年度 11月 小学校給食献立表

※食材の仕入れ状況により、献立の内容を変更する場合があります。

国富町立学校給食共同調理場

日 (曜日)	行事等	☆献立名☆ <small>こんだてめい</small>	黄の食品	赤の食品	緑の食品	調味料	E値* たんぱく質
			<small>ちからねつ (力や熱となる)</small>	<small>あか ちにく (血や肉となる)</small>	<small>みどり からだちようしとの (体の調子を整える)</small>	<small>ちようみりよう</small>	
1 (金)		おぎごはん チンゲンサイのスープ チンジャオオースー	こめ おぎ サラダあぶら さとう ごまあぶら でんぶん	ぎゅうにゅう とうふ ベーコン ぶたにく	にんじん もやし しいたけ チンゲンサイ にんにく にんじん ピーマン(青・赤・橙・黄) たまねぎ たけのこ	とりがらスープ しょうゆ しお こしょう さけ しょうゆ オイスターソース トウバンジャン	530 kcal 24.0 g
5 (火)		おぎごはん はるさめスープ にらぶたどん	こめ おぎ はるさめ ごまあぶら さとう でんぶん	ぎゅうにゅう ベーコン わかめ ぶたにく	たまねぎ にんじん コーン にんじん たまねぎ キャベツ にら にんにく	ちゅうかスープストック しょうゆ とりがらスープ しお こしょう みりん しょうゆ さけ	546 kcal 22.8 g
6 (水)		コッペパン さつまいものシチュー フレンチサラダ	コッペパン さつまいも サラダあぶら サラダあぶら さとう	ぎゅうにゅう とりにく ぎゅうにゅう チーズ ハム	はくさい ぶなしめじ にんじん たまねぎ あおまめ コーン キャベツ きゅうり にんじん	あかワイン とりがらスープ ようふうスープストック こしょう す しょうゆ しお こしょう	562 kcal 28.3 g
7 (木)	かみかみ献立	げんりょうおぎごはん ごもくうどん ごこくまめサラダ	こめ おぎ うどん ごこく ごまあぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ(タラ・イトヨリ) ひじき ツナ(水煮) ごこくまめ	にんじん だいこん しいたけ ごぼう ねぎ キャベツ きゅうり にんじん	かつおだし しょうゆ しお みりん さけ す しょうゆ	513 kcal 24.7 g
8 (金)		おぎごはん はっぼうさい だいがくいも	こめ おぎ サラダあぶら さとう でんぶん ごまあぶら さつまいも なたねあぶら さとう みずあめ ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ(タラ・イトヨリ)	たまねぎ にんじん きくらげ はくさい たけのこ いんげん にんにく	さけ とりがらスープ しょうゆ オイスターソース ちゅうかスープストック こしょう しょうゆ みりん	659 kcal 23.9 g
11 (月)		おぎごはん マーボーとうふ いんげんのごまあえ	こめ おぎ ごまあぶら さとう でんぶん さとう ごま	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ ツナ(水煮)	たまねぎ たけのこ しいたけ にら にんにく いんげん にんじん キャベツ	さけ みりん しょうゆ オイスターソース しょうゆ	588 kcal 27.9 g
12 (火)		おぎごはん ぶたじる いわしのかんろに そえもやし	こめ おぎ じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ いわしかんろに	にんじん たまねぎ こんにやく ごぼう ぶなしめじ しょうが もやし	さけ にぼしだし す しょうゆ	558 kcal 27.4 g
13 (水)	リクエスド献立	ミルクパン コーンスープ てりやきハンバーグ そえキャベツ いちごクレープ	ミルクパン	ぎゅうにゅう ベーコン てりやきチキンパティ	たまねぎ にんじん ほうれんそう コーン キャベツ	とりがらスープ ようふうスープストック しお こしょう しょうゆ パセリフレーク しお	648 kcal 24.3 g
14 (木)		おぎごはん じゃがいものうまに せんぎりだいこんのすのもの	こめ おぎ じゃがいも サラダあぶら さとう さとう ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ てんぶん(イトヨリ・アジ) ツナ(水煮) きざみこんぶ	にんじん しいたけ ごぼう こんにやく あおまめ せんぎりだいこん にんじん きゅうり	みりん しょうゆ さけ わふうだしのもと す しょうゆ	597 kcal 28.9 g
15 (金)	ひむかの日献立	おぎごはん にらたまスープ ひむかどん	こめ おぎ サラダあぶら さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう とうふ ベーコン たまご ぶたにく	にんじん たまねぎ しいたけ にら たまねぎ ピーマン せんぎりだいこん えのきたけ にんじん ねぎ	とりがらスープ しょうゆ しお こしょう みりん さけ しょうゆ オイスターソース	592 kcal 26.9 g
18 (月)	和食の日献立	おぎごはん いしかりじる ひじきのいために	こめ おぎ じゃがいも サラダあぶら さとう	ぎゅうにゅう さけ とうふ みそ とりにく ひじき だいず てんぶん(イトヨリ・アジ)	しょうが にんじん はくさい えのきたけ しいたけ にんじん いんげん	さけ にぼしだし さけ みりん しょうゆ	552 kcal 27.5 g
19 (火)		げんりょうおぎごはん とんこつラーメン もやしのナムル	こめ おぎ ラーメン ごまあぶら ごまあぶら ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ(タラ・イトヨリ) ちくわ	にんじん キャベツ たけのこ ねぎ しいたけ こまつな もやし にんじん にんにく	さけ しお こしょう とりがらスープ ばいとんたん しょうゆ しょうゆ	538 kcal 24.1 g
20 (水)		こくどうパン ふゆやさいのポトフ みかんサラダ	こくどうパン じゃがいも サラダあぶら さとう	ぎゅうにゅう とりにく ポークビッツ ハム	たまねぎ にんじん だいこん ぶなしめじ ブロッコリー みかん キャベツ きゅうり	とりがらスープ しょうゆ あかワイン しお こしょう す しょうゆ しお こしょう	530 kcal 25.8 g
21 (木)		おぎごはん こめこのポークカレー かいそうサラダ	こめ おぎ じゃがいも サラダあぶら さとう さとう サラダあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ(水煮) かいそう	にんじん たまねぎ あおまめ ぶなしめじ にんにく トマト にんじん キャベツ きゅうり	あかワイン こめこカレーフレーク とりがらスープ しお こしょう ウスターソース ペーストチャツネ す しょうゆ しお こしょう	569 kcal 24.8 g
22 (金)		おぎごはん とうふのすましじる とりにくとさつまいものあげに	こめ おぎ てんぶん さつまいも なたねあぶら サラダあぶら ごま さとう はちみつ	ぎゅうにゅう かまぼこ(タラ・イトヨリ) とうふ とりにく	にんじん ほうれんそう えのきたけ コーン	かつおだし しょうゆ しお しお こしょう みりん す しょうゆ	636 kcal 25.2 g
25 (月)		おぎごはん はくさいのみそしる せんぎりだいこんのそぼろいため	こめ おぎ じゃがいも サラダあぶら さとう	ぎゅうにゅう みそ あぶらあげ とりにく	はくさい だいこん にんじん にら たまねぎ にんじん せんぎりだいこん あおまめ	にぼしだし みりん しょうゆ さけ しお	551 kcal 24.0 g
26 (火)	郷土料理	おぎごはん きょういものけんちんじる とりにくのみそころばかし	こめ おぎ きょういも じゃがいも サラダあぶら さとう	ぎゅうにゅう あつあげ みそ とりにく みそ	にんじん こまつな ぶなしめじ ねぎ こんにやく にんじん しいたけ ごぼう あおまめ しょうが	にぼしだし みりん しょうゆ さけ	575 kcal 23.6 g
27 (水)	世界の料理	チーズパン スープ・オ・ピストウ さかなのレモンマリネ	チーズパン マカロニ サラダあぶら てんぶん なたねあぶら さとう オリーブオイル	ぎゅうにゅう しろいんげんまめ しいら	たまねぎ にんじん だいこん キャベツ トマト にんにく たまねぎ きゅうり ピーマン(青・赤・橙・黄)	とりがらスープ バジルこ しお こしょう しお さけ す レモンじる しょうゆ	580 kcal 27.2 g
28 (木)		おぎごはん ごまとうにゅうなべ なっとうサラダ	こめ おぎ ごま エッグケアマヨネーズ	ぎゅうにゅう こんさいりつ(ね とうふ とうにゅう みそ なっとう かつおぶし のり)	こまつな はくさい にんじん だいこん えのきたけ ぶなしめじ ねぎ キャベツ きゅうり コーン	にぼしだし しょうゆ す しお	699 kcal 26.6 g
29 (金)		おぎごはん さつまいものしょうがやき ぶたにくのしょうがやき	こめ おぎ さつまいも サラダあぶら さとう でんぶん	ぎゅうにゅう とりにく とうふ みそ ぶたにく	にんじん だいこん こんにやく ねぎ たまねぎ ぶなしめじ キャベツ しょうが	にぼしだし みりん しょうゆ さけ	560 kcal 27.0 g

【食品の原材料一覧】

商品名	原材料
エッグケアマヨネーズ	食用植物油(なたね・大豆)、醸造酢、食塩、砂糖、粉末状植物性たん白(大豆)、香辛料(マスタード)、酵母エキスパウダー/増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、調味料(有機酸等)、香辛料抽出物・水
いわし甘露煮	いわし、砂糖、しょうゆ(小麦、大豆)、本みりん、でん粉(馬鈴薯)、グラニュー糖、糖蜜、食塩、水
米粉のカレーフレーク	米粉、砂糖・ぶどう糖、食用油脂(ラード・パーム)、カレー粉、食塩、オニオンパウダー、トマトペースト、ガーリックパウダー、酵母エキス/カラメル色素
照り焼きチキンパティ	鶏肉、玉ねぎ、《つなぎ》(パン粉、粉末状植物性たん白(大豆))、豚脂、粒状植物性たん白(大豆)、砂糖、魚醤、発酵調味料、食塩、香辛料(白こしょう)/ピロリン酸鉄、水、《タレ》(砂糖、みりん、しょうゆ、チキンエキス、ワイン、醸造酢、玉ねぎエキス、おろししょうが/増粘剤(加工でん粉、キサンタン)、カラメル色素、酒精、水)、揚げ油(なたね、パーム)
白豚湯	豚脂、ポークエキス、食塩、ゼラチン、動物たん白加水分解物(豚肉)、でん粉(馬鈴薯)、マッシュルームエキス/調味料(アミノ酸等)、増粘剤(キサンタンガム)、着色料(カラメル)、酸化防止剤、水

商品名	原材料
国産小麦のカットラーメン	小麦粉、小麦たん白、食塩、でん粉、こんにやく加工品/卵殻カルシウム、水
ペーストチャツネ	糖類(水あめ、ブドウ糖、砂糖)、りんご加工品、デーツピューレ、醸造酢、香辛料(とうもろこし)、にんにくペースト、食塩/酸味料
ポークビッツ	豚肉、豚脂肪、でん粉、植物性たん白(大豆)、水あめ、ぶどう糖、食塩、香辛料、酵母エキス、グルタミン酸Na、リン酸塩(Na)、ビタミンC、亜硝酸Na、くん液、その他(ケーシング)
フレンチクレープ(いちご)	豆乳、加工油脂(ヤシ、なたね)、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、麦芽糖、いちごピューレ(いちご、砂糖、水あめ、ぶどう糖果糖液糖)、砂糖、植物油(米油、大豆)、米粉、水あめ、いちご果汁、大豆粉、レモン果汁、小麦不使用しょうゆ/加工でん粉、トレハロース、増粘剤(カドラン)、乳化剤、ゲル化剤、香料、安定剤、ビタミンC、着色料(カラメル、紅麹、カロチノイド)、メタリン酸Na、酸味料、ピロリン酸第二鉄、ベーキングパウダー、水
根菜入りつくねミニ	<野菜>ごぼう、人参、玉ねぎ、里芋、れんこん、鶏肉、豚脂、粒状大豆たん白(大豆)、<つなぎ>でん粉、粉末状大豆たん白(大豆)、しょうゆ(大豆、食塩)、砂糖、食塩、香辛料(ガーリック、ジンジャー)、揚げ油(なたね油、パーム油)