


11 月 こんだて表




令和8年11月
江戸川区立船堀第二小学校

曜日		月	火	水	木	金
		2日　6年日光移動教室　612Kcal	3日　文化の日	4日　6年日光移動教室　670Kcal	5日　6年振替休日　612kcal	6日 ローリングストック給食 578kcal
献立		・にんにくチャーハン ・牛乳・しゅうまい ・中華サラダ ・チンゲンサイスープ		・きのこカレーライス・牛乳 ・ピリ辛フライドチキン ・もやしえのきいものスープ ・はちみつりんごヨーグルト	・照り焼きフィッシュバーガーサメ ・牛乳・野菜のスープ煮カレー風味 ・コールスローサラダ ・りんご	・ごはん・カルちゃんふりかけ ・牛乳・ししゃものチーズ揚げ ・ひじきの煮物 ・小松菜じゃが芋のみそ汁・菊花みか…
食品	赤	牛乳　ベーコン　ちりめんじゃこ　ぶた肉　ハム　とり肉　とうふ		牛乳　ぶた肉　大豆　とり肉　ヨーグルト	牛乳　あぶらつのざめ　ベーコン　ウィンナー	牛乳　ちりめんじゃこ　**塩昆布　かつおぶし**　ししゃも　粉チーズ **ひじき　大豆**　油揚げ　**煮干し粉　みそ**
	黄	米　むぎ　ごま油　でんぷん　しゅうまいの皮　はるさめ　三温糖 小麦粉　ごま　じゃが芋		米　むぎ　油　マーガリン　小麦粉　でんぷん　じゃが芋　はちみつ	パン　でんぷん　油　三温糖　マヨネーズ（卵無）　さとう	米　むぎ　ごま　三温糖　春巻きの皮　小麦粉　油　じゃが芋
	緑	にんにく　にんじん　葉ねぎ　しいたけ　玉ねぎ　グリンピース きゅうり　もやし　えのきたけ　チンゲンサイ		にんにく　しょうが　にんじん　玉ねぎ　しめじ　グリンピース もやし　えのきたけ　小松菜　りんご　みかん　黄桃 りんごジャム	しょうが　キャベツ　黄パプリカ　にんにく　セロリ　玉ねぎ にんじん　大根　かぶ　ブロッコリー　コーン　干しぶどう　りんご	にんじん　玉ねぎ　小松菜　ねぎ　みかん
		9日　599kcal	10日　580kcal	11日　615kcal	12日　623kcal	13日　展覧会お祝いメニュー　575kcal
献立		・二色そぼろ丼・牛乳 ・魚のから揚げ ・和野菜和え ・いも煮 郷土料理 山形県	・ごはん・しらす小松菜ふりかけ ・牛乳・小松菜入りさつま揚げ ・変わりきんぴら ・小松菜じゃが芋のみそ汁・りんご 江戸川区一斉小松菜デー	・スタミナ丼・牛乳 ・カボチャ豆ジャコの揚げ煮 ・かきたま汁（あられ麸） ・菊花みかん	・ハニーレモントースト ・牛乳 ・ツナモネ ・白菜ミルクスープ 世界の料理 オーストラリア	・菊花寿司 ・牛乳・魚のささ身焼き ・小松菜のごま和え ・なると小松菜のすまし汁・菊花ミカン
食品	赤	牛乳　とり肉　たまご　さけ　ぶた肉　こんぶ　生揚げ	牛乳　しらす干し　かつおぶし　たらすりみ　ひじき　とうふ さつま揚げ　生あげ　みそ　煮干し粉	牛乳　ぶた肉　みそ　大豆　ちりめんじゃこ　なると　たまご とうふ　わかめ	牛乳　ベーコン　ツナ　豆乳　生クリーム　ピザチーズ	牛乳　たまご　油揚げ　ます　糸昆布　とうふ　なると
	黄	米　むぎ　油　三温糖　ごま　でんぷん　米粉　こんにゃく じゃが芋	米　むぎ　油　ごま　でんぷん　三温糖　こんにゃく　じゃが芋	米　むぎ　油　三温糖　ごま　ごま油　でんぷん　あられふ	パン　マーガリン　はちみつ　油　じゃが芋　リボンパスタ　小麦粉 バター　乾パン粉	米　油　三温糖　マヨネーズ（卵無）　乾パン粉　ごま　さとう
	緑	しょうが　小松菜　にんにく　れんこん　キャベツ　にんじん　きゅうり 玉ねぎ　しいたけ　ごぼう　たけのこ　さやいんげん	小松菜　ごぼう　にんじん　さやいんげん　えのきたけ　玉ねぎ ねぎ　りんご	にんにく　しょうが　玉ねぎ　もやし　にんじん　にら　かぼちゃ みつば　みかん	レモン　玉ねぎ　にんじん　コーン　グリンピース　しいたけ　白菜 えのき	にんじん　しいたけ　れんこん　しめじ　小松菜　菊海苔　もやし ねぎ　えのき　みかん
		14日（土曜）展覧会保護者鑑賞日　560ｋcal	17日　593ｋcal	18日　622kcal	19日　601kcal	20日　だしで味わう和食の日　533kcal
献立		・手作りフォカッチャ ・牛乳・魚のプチプチ揚げ（カレー味） ・ミネストローネ ・みかん寒天ポンチ 展覧会委員長 高井先生の リクエストメニュー	・森のきのこのクリームスパゲッティ ・牛乳・小松菜サラダ（ツナ） ・ジュリエンヌスープ ・バナナ	・キムチチャーハン・牛乳 ・レバーのごまがらめ ・卵スープ ・豆乳杏仁豆腐	・ごはん・ごましお・牛乳 ・おから入りコロッケ ・ボイルキャベツ ・かぶのみそ汁・柿 郷土料理 富山県	・秋いっぱいごはん ・牛乳・イカの竜田揚げ ・大根のそぼろ煮 ・なるとと小松菜のすまし汁 船二小だしで味わう 和食給食の日
食品	赤	牛乳　あぶらツノザメ　ベーコン　ぶた肉　粉寒天	牛乳　ベーコン　とり肉　豆乳　生クリーム　ツナ	牛乳　とり肉　たまご　レバー　わかめ　粉寒天　豆乳　加糖練乳 生クリーム	牛乳　とり肉　おから　煮干し粉　とうふ　油揚げ　みそ	牛乳　とり肉　油揚げ　いか　粉カツオ　糸昆布　とうふ　なると
	黄	小麦粉（強力粉）オリーブ油　米粉　道明寺粉　米粉マカロニ じゃが芋　さとう	スパゲティー　オリーブ油　マーガリン　小麦粉　三温糖　ごま　じゃが芋	米　むぎ　ごま油　ごま　三温糖　じゃが芋　でんぷん	米　むぎ　ごま　じゃが芋　マヨネーズ（卵無）小麦粉　パン粉　油	米　むぎ　さつま芋　れんこん　三温糖　ごま　でんぷん　油
	緑	にんじん　玉ねぎ　トマト　キャベツ　パセリ　みかんジュース アロエ　みかん　パイン	小松菜　にんにく　にんじん　玉ねぎ　しめじ　えのき　キャベツ マッシュルーム　もやし　レモン　セロリ　パセリ　バナナ	キムチ（白菜）しょうが　にんにく　にんじん　玉ねぎ　小松菜 コーン　パイン　みかん	玉ねぎ　にんじん　キャベツ　パセリ　かぶ　小松菜　ねぎ　柿	にんじん　しめじ　さやいんげん　しょうが　大根　玉ねぎ　葉ねぎ えのき　小松菜　ねぎ
		23日	24日　662kcal	25日　576kcal	26日　611kcal	27日　587kcal
献立			・レタスチャーハン ・牛乳・コーンかのこ蒸し ・中華サラダ ・マイミータン・バナナ	・ちゃんこうどん・牛乳 ・とうふ入り厚焼き玉子 ・キャベツのレモンポン酢和え ・白玉のぜんざい	・ごはん・のりとあさりの佃煮 ・牛乳・厚揚げのゆずみそかけ ・とりとさといもの煮物 ・あんかけ汁	・わかめとジャコのごはん ・牛乳・いわしのフィレのから揚げ ・肉じゃが ・かきたま汁（きのこ）・菊花ミカン
食品	赤		牛乳　たまご　ハム　とり肉	牛乳　糸昆布　とり肉　いか　ちくわ　油揚げ　ひじき　とうふ たまご　あずき	牛乳　のり　あさり　ひじき　生揚げ　とり肉　みそ　油揚げ とうふ	牛乳　わかめ　ちりめんじゃこ　いわし　ぶた肉　たまご　とうふ
	黄		米　むぎ　ごま油　パン粉　でんぷん　春雨　三温糖　ごま	うどん　油　三温糖　白玉団子	米　むぎ　三温糖　水あめ　油　でんぷん　ごま　こんにゃく じゃが芋	米　むぎ　ごま　米粉　でんぷん　油　じゃが芋　こんにゃく 三温糖
	緑		ねぎ　しいたけ　レタス　コーン　玉ねぎ　しょうが　にんじん キュウリ　もやし　パセリ　バナナ	しいたけ　にんじん　大根　白菜　ねぎ　小松菜　キャベツ　もやし きゅうり　レモン	しいたけ　にんにく　にんじん　ねぎ　たけのこ　大根　もやし 白菜	しょうが　しいたけ　玉ねぎ　にんじん　グリンピース　えのき 三つ葉　みかん
		30日　572ｋcal				
献立		・あんかけ焼きそば・牛乳 ・いかと米粉マカロニのスパイシー揚げ ・大根のおかか胡麻和え ・バナナ				
食品	赤	牛乳　ぶた肉　えび　いか　あさり　大豆　ハム　わかめ　おかか				
	黄	中華麺　ごま油　米粉マカロニ　でんぷん　小麦粉　三温糖　ごま				
	緑	小松菜　しょうが　にんにく　にんじん　たけのこ　玉ねぎ　白菜 グリンピース　大根　きゅうり　キャベツ　バナナ				

※旬の食材を使います。高値や産地の生育状況等でくだものや野菜が変更になる場合があります。

※６日は、ローリングストック給食です。ローリングストックできそうな食材を給食だよりで紹介しします。
※１０日「江戸川区全校一斉小松菜デー」でJAと小松菜農家のみなさんから**無償**で小松菜をいただいています。給食室でおいしく調理します。
※１４日は、展覧会委員会委員長の高井先生の希望献立（リクエストメニュー）にしました。
※２０日は、「だしで味わう和食の日」が11月24日のため和食文化国民会議という団体からリーフレットをいただきましたので、給食時間に和食についてのビデオを見ます。リーフレットは持ち帰りますので、ご家庭でもご一読話題にしてください。