



11月献立表



令和6年11月
江戸川区立船堀第二小学校

曜日	月					金		
						1日 535Kcal		
献立		※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。 ※1日は、船二小和食の日給食です。和食文化国民会議からのプリントが配布されます。ご一読ください。 ※18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。				・菊花寿司・牛乳 ・ししゃもの石垣揚げ ・肉じゃが ・なると小松菜のすまし汁・菊花みかん		
食品		赤	黄	緑	牛乳 たまご 油揚げ 糸こんにふ ししゃも ぶた肉 豆腐 なると 米 小麦粉 油 三温糖 ごま じゃが芋 こんにやく こんにん しいたけ れんこん しめじ えのき ねぎ 小松菜 玉ねぎ 菊のり グリンピース みかん			
献立	4日 振替休日	5日 544kcal	6日 609kcal	7日 518Kcal	8日 501kcal			
食品	赤	黄	緑	・ピラフタイプのドライカレー ・牛乳・ツナとポテトのオムレツ ・コールスローサラダ ・白菜スープ	・チャーハン ・牛乳・手作りしゅうまい ・春雨サラダ ・もやしとえのきのスープ	・わかめとじゃこのごはん・牛乳 ・魚のねぎみそかけ ・おろしとすりごまの鍋風 ・小松菜のお浸し	・ごはん・しらす小松菜ふりかけ ・牛乳・ししゃもカレー揚げ ・ひじきの煮物 ・小松菜とじゃが芋のみそ汁・りんご	
食品	牛乳 ツナ たまご ベーコン ぶた肉 米 オリーブ油 油 さとう じゃが芋 マヨネーズ 玉ねぎ コーン にんじん 小松菜 にんにく しょうが キャベツ きゅうり みかん しいたけ 白菜	牛乳 たまご 焼き豚 ぶた肉 ハム とうふ 米 むぎ ごま油 さとう でんぷん しゅうまいの皮 春雨 しょうが しいたけ たけのこ にんじん ねぎ いら 玉ねぎ コーン グリンピース キャベツ きゅうり 小松菜 えのき もやし	牛乳 わかめ ちりめんじゃこ ほら みそ とり肉 焼きとうふ おかか 米 むぎ ごま ごま油 三温糖 でんぷん 春雨 しょうが にんにく ねぎ にんじん 白菜 えのき 小松菜 大根 もやし	牛乳 しらす おかか ししゃも ひじき 大豆 油揚げ 煮干し粉 みそ 米 むぎ 油 三温糖 ごま 小麦粉 じゃが芋 小松菜 にんじん 玉ねぎ ねぎ りんご				
献立	11日 591kcal	12日 591kcal	13日 533kcal	14日 653kcal	15日 681kcal			
食品	赤	黄	緑	・さつま芋とハムのピラフ ・牛乳・サケと芋とパスタのグラタン ・ツナと大根のサラダ ・バナナ	・ツナコントースト ・牛乳 ・秋のシチュー ・フレンチサラダ・りんご	・おこわ飯・牛乳 ・イカ天 ・ぶりと大根の煮物 ・秋の二色寒天ポンチ	・小松うどん・牛乳 ・短冊さばのから揚げ ・大根のおかか胡麻和え ・さつま芋とりんごの蒸しケーキ	・じゃが芋おかずフォカッチャ ・牛乳・フィッシュサラダ ・ミネストローネ ・菊花みかん
食品	牛乳 豆乳 ハム サケ チーズ ツナ 米 むぎ 油 オリーブ油 さつま芋 じゃが芋 リボンパスタ パター 米粉 パン粉 ごま油 ごま 三温糖 マッシュルーム パセリ 玉ねぎ にんじん 小松菜 コーン きゅうり 大根 バナナ	牛乳 ツナ チーズ ベーコン ぶた肉 白いんげん豆 生クリーム パン マヨネーズ(卵無) 油 さつま芋 くり パター 米粉 三温糖 玉ねぎ パセリ コーン にんじん しめじ キャベツ きゅうり みかん りんご	牛乳 とり肉 油揚げ イカ ぶり ちくわ 粉寒天 米 もち米 油 三温糖 くり でんぷん にんじん しめじ しいたけ しょうが 大根 りんごジュース ぶどうジュース レモン	牛乳 糸こんにふ ちくわ ぶた肉 油揚げ さば ハム わかめ おかか 豆乳 うどん でんぷん 油 小麦粉 米粉 ごま 三温糖 さつま芋 グラニュー糖 にんじん えのきたけ ねぎ 小松菜 しょうが 大根 きゅうり キャベツ りんご	牛乳 ベーコン チーズ メルルーサ 大豆 強力粉 さとう オリーブ油 じゃが芋 マヨネーズ(卵無) でんぷん ごま 油 マカロニ バジル キャベツ にんじん もやし きゅうり 小松菜 玉ねぎ にんにく セロリ トマト みかん			
献立	18日 546kcal	19日 578kcal	20日 508kcal	21日 538kcal	22日 513kcal			
食品	赤	黄	緑	・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 ・小松菜のごまあえ ・じゃが芋と生揚げのみそ汁・りんご	・森のきのこのクリームスパゲッティ ・牛乳・小松菜サラダ ・もやしとハムのスープ ・バナナ	・じゃこのガーリックライス ・牛乳・チキンソテーピザソースかけ ・ガーリック粉ふき芋 ・白菜と小松菜のスープ	・ごはん・カルちゃんふりかけ・牛乳 ・レバーのごまがらめ ・にらモヤシ炒め ・あんかけ汁・菊花みかん	・ごはん・くきわかめの佃煮 ・牛乳 ・おでん ・和風ごぼうチップサラダ
食品	牛乳 しらす おかか たらすり身 ひじき とうふ 生揚げ みそ 煮干し粉 米 むぎ 油 ごま でんぷん さとう じゃが芋 小松菜 ごぼう にんじん もやし えのき 玉ねぎ ねぎ りんご	牛乳 ベーコン とり肉 生クリーム チーズ ツナ ハム スパゲッティ オリーブ油 油 マーガリン 小麦粉 三温糖 ごま ごま油 小松菜 にんにく にんじん 玉ねぎ しめじ えのきたけ マッシュルーム キャベツ もやし レモン ねぎ バナナ	牛乳 ベーコン ちりめんじゃこ とり肉 チーズ 米 むぎ オリーブ油 小麦粉 マーガリン 油 じゃが芋 にんにく パセリ 玉ねぎ セロリ マッシュルーム ピーマン しいたけ にんじん 白菜 小松菜	牛乳 ちりめんじゃこ おかか レバー とり肉 とうふ 米 むぎ さとう ごま 油 じゃが芋 でんぷん しょうが にんにく もやし にら にんじん 白菜 ねぎ みかん	牛乳 くきわかめ こんにふ つみれ ちくわ あげボール 生揚げ ウィンナー ちりめんじゃこ 米 むぎ さとう ごま じゃが芋 つきこんにやく ちきわふ 油 でんぷん にんじん 大根 キャベツ もやし 小松菜 ごぼう 玉ねぎ			
献立	25日 539kcal	26日 562kcal	27日 612kcal	28日 595kcal	29日 556kcal			
食品	赤	黄	緑	・中華丼 ・牛乳 ・中華風なめこそスープ ・豆乳杏仁豆腐	・照り焼きフィッシュバーガー ・牛乳 ・野菜のスープ煮カレー風味 ・あげ大豆のサラダ・りんご	・ちゃんこうどん・牛乳 ・五目卵焼き ・切干大根の含め煮 ・白玉のぜんざい	・ごはん・キーマカレー ・牛乳 ・コーンポテト ・小松菜とマカロニのスープ	・こぎつねごはん・牛乳 ・ぶた肉の野菜巻き焼き ・じゃが芋の煮つけ ・きのこのかきたま汁・菊花みかん
食品	牛乳 ぶた肉 エビ いか あさり とり肉 とうふ わかめ たまご 粉寒天 豆乳 練乳 生クリーム 米 むぎ 油 でんぷん ごま油 さとう しょうが にんにく にんじん たけのこ 玉ねぎ 白菜 きくらげ しいたけ ピーマン なめこ ねぎ パイン みかん	牛乳 あびらつのだめ ベーコン ウィンナー 大豆 パン でんぷん 油 三温糖 マヨネーズ(卵無) しょうが キャベツ コーン にんにく セロリ 玉ねぎ にんじん 大根 かぶ フロッコリー きゅうり りんご	牛乳 糸こんにふ とり肉 いか ちくわ 油揚げ とうふ たまご 小豆 油 うどん 三温糖 白玉団子 しいたけ にんじん 大根 白菜 ねぎ 小松菜 しめじ みつば 切干大根	牛乳 ぶた肉 大豆 ベーコン 米 むぎ 油 米粉 じゃが芋 マーガリン アルファベットマカロニ しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース パセリ コーン もやし 小松菜	牛乳 ぶた肉 こんにふ ちくわ(卵無) たまご とうふ わかめ 米 むぎ 三温糖 ごま でんぷん じゃが芋 しいたけ にんじん 小松菜 コーン にんにく しょうが 葉ねぎ グリンピース えのき みつば みかん			