

令和7年11月 献立表

南葛西第二小学校

日	曜	献立名		主な使用食材		
				赤：血や肉になる	黄：熱や力の元になる	緑：体の調子を整える
4	火	牛乳	★十三夜献立★			
			栗ご飯		米、麦、粟、黒ごま	
			いかのから揚げ 薬味ソース	いか	でん粉、小麦粉、油、三温糖	しょうが、にんにく、ねぎ
			野菜のおかか和え		三温糖	こまつな、キャベツ、にんじん、もやし
			麩のすまし汁	あられはんぺん	あられ麩	にんじん、ねぎ、こまつな
5	水	牛乳	ベーコンフランスパン	ベーコン、ピザチーズ	ソフトフランスパン、油	玉ねぎ
			フレンチサラダ		油、さとう	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン、ブロッコリー
			お豆のトマト煮	鶏肉、白いんげん豆、大豆	油、じゃがいも、三温糖	にんにく、玉ねぎ、にんじん
			柿			柿
6	木	ジュレインスジ	★SDGs献立★			
			オレンジジュース			オレンジジュース
			菜飯		米、麦、油	だいこん、こまつな
			チキン南蛮	鶏肉	でん粉、油、さとう、エッグフリーマヨネーズ	
			けんちん汁	木綿豆腐	こんにゃく、さといも	だいこん、にんじん、干し椎茸、こまつな
7	金	牛乳	海鮮あんかけ焼きそば	豚肉、いか、えび	中華めん、ごま油、油、でん粉	にんにく、しょうが、玉ねぎ、にんじん、はくさい、もやし、干し椎茸、たけのこ、チンゲンサイ
			ししゃものごまつけ焼き	ししゃも	油、白ごま、黒ごま	
			ピリ辛スープ	鶏肉、木綿豆腐、わかめ	ごま油	しょうが、えのき、ねぎ、玉ねぎ、はくさいキムチ
10	月	牛乳	ご飯		米、麦	
			ハンバーグ	豚ひき肉、木綿豆腐、牛乳、たまご	油、パン粉	玉ねぎ
			粉ふき芋	あおのり	じゃがいも	
			卵としめじのスープ	たまご	でん粉	玉ねぎ、にんじん、しめじ、ねぎ、キャベツ、チンゲンサイ
11	火	牛乳	胚芽パン		胚芽パン	
			スパニッシュオムレツ	ベーコン、たまご、牛乳、ピザチーズ、粉チーズ	油、じゃがいも、三温糖	玉ねぎ
			オニオンサラダ		白ごま、三温糖、油	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン、えだまめ、玉ねぎ
			ABCスープ		アルファベットマカロニ	玉ねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな
			バナナ			バナナ
12	水	牛乳	ご飯		米、麦	
			豚肉と豆腐のすき焼き煮	木綿豆腐、豚肉	三温糖、油、つきこんにゃく、小町麩	ごぼう、にんじん、干し椎茸、たけのこ、はくさい、ねぎ
			白菜のみそ汁	油揚げ、みそ、大豆		だいこん、えのきたけ、にんじん、はくさい
13	木	牛乳	ご飯		米、麦	
			鮭の西京焼き	鮭	三温糖	
			さつまいもとじゃこのみつ絡め	ちりめんじゃこ	油、さつまいも、三温糖、水あめ	
			田舎汁	木綿豆腐	こんにゃく	だいこん、にんじん、干し椎茸、はくさい、ねぎ、こまつな
14	金	牛乳	ハヤシライス	豚肉、生クリーム	米、麦、油、三温糖、バター、小麦粉	にんにく、しょうが、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム
			カリカリじゃこサラダ	わかめ、ちりめんじゃこ	ごま油、三温糖	もやし、こまつな、にんじん
			オレンジ			オレンジ
17	月	牛乳	ご飯		米、麦	
			魚のチリソースがけ	ホキ	でん粉、油、ごま油、三温糖	しょうが、にんにく、玉ねぎ、ねぎ
			春雨サラダ		緑豆はるさめ、三温糖、ごま油	キャベツ、もやし、にんじん、きゅうり
			ワンタンスープ		ワンタンの皮、ごま油	にんじん、キャベツ、もやし、ねぎ、こまつな
18	火	牛乳	ご飯		米、麦	
			手作りじゃこふりかけ	ちりめんじゃこ、あおのり	白ごま	ゆかり
			おでん	揚げボール、焼き竹輪、がんもどき、はんぺん、むすび昆布	板こんにゃく、竹輪ふ、さといも	だいこん
			からし醤油のおひたし	かつお削り節	白ごま	こまつな、はくさい、もやし、にんじん
			みかん			みかん
19	水	牛乳	★小松菜一斉給食献立★			
			小松菜焼肉丼	豚肉、みそ	米、麦、ごま油、三温糖、でん粉	しょうが、にんにく、にんじん、もやし、キャベツ、こまつな
			中華風コーンスープ	鶏肉、たまご	でん粉、ごま油	玉ねぎ、にんじん、コーン、こまつな
			ひすい寒天	粉寒天、豆乳、牛乳	さとう	こまつな、いよかん缶、パイナップル缶
20	木	牛乳	ツナコーントースト	ツナ、ピザチーズ	食パン、エッグフリーマヨネーズ	玉ねぎ、コーン
			きのこのサラダ		オリーブ油、三温糖	こまつな、キャベツ、にんじん、コーン、にんにく、エリンギ、ぶなしめじ、えのきたけ、玉ねぎ
			チキンポトフ	鶏肉	油、じゃがいも	にんにく、玉ねぎ、にんじん、キャベツ
21	金	牛乳	ご飯		米、麦	
			揚げ出し豆腐の肉みそがけ	木綿豆腐、鶏肉、みそ	小麦粉、でん粉、油、三温糖	しょうが
			野菜の和え物		白ごま、三温糖、ごま油	こまつな、にんじん、大豆もやし、もやし
			むらくも汁	鶏肉、たまご、わかめ	じゃがいも、でん粉	干し椎茸、にんじん、玉ねぎ、はくさい、ねぎ
25	火	牛乳	★開校記念日献立★			
			赤飯	ささげ	米、もち米、黒ごま	
			鶏のから揚げ	鶏肉	でん粉、油	しょうが
			だし醤油のおひたし	かつお削り節		こまつな、はくさい、もやし、にんじん
			はんぺん汁	木綿豆腐、はんぺん		えのき、にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな
27	木	牛乳	ご飯		米、麦	
			キーマカレー	豚肉、大豆、ヨーグルト、粉チーズ	油、バター、小麦粉	にんにく、しょうが、玉ねぎ、セロリー、ごぼう、にんじん
			フルーツポンチ		さとう	もも、パイナップル、ナタデココ
28	金	牛乳	きな粉揚げパン	きな粉	コッペパン、油、三温糖、グラニュー糖	
			小松菜とささみのマヨサラダ	鶏肉	白すりごま、マヨネーズ	こまつな、にんじん、だいこん
			コーンスープ	鶏肉、牛乳、豆乳、大豆、生クリーム	じゃがいも、バター、油、小麦粉、三温糖	玉ねぎ、にんじん、コーン

※都合により、献立や食材が変更になる場合があります。