

令和8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
2	月	牛乳	ご飯		米、麦	
			鮭のバターしょうゆ焼き	鮭	バター	
			カレーきんぴら		油、じゃがいも、こんにゃく、三温糖、ごま	にんじん、ごぼう、枝豆
			かぶのみそ汁	油揚げ、木綿豆腐、みそ		えのきたけ、にんじん、かぶ、ねぎ
4	水	牛乳	ご飯		米、麦	
			豚肉と豆腐のすき焼き煮	豚肉、生揚げ、木綿豆腐	油、三温糖、こんにゃく	ごぼう、にんじん、干しいたけ、たけのご水煮、こまつな、ねぎ、はくさい
			さつまいもと大豆のみつ絡め	大豆	油、さつまいも、三温糖、水あめ	
5	木	牛乳	★ローリングストック給食★			
			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
			海藻サラダ	糸寒天、わかめ、くきわかめ	油、ごま油、さとう	もやし、きゅうり、ホールコーン缶
			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、枝豆
			バナナ			バナナ
6	金	牛乳	海鮮あんかけ焼きそば	豚肉、いか、えび	蒸し中華めん、ごま油、油、でん粉	にんじん、しょうが、玉ねぎ、にんじん、はくさい、もやし、干しいたけ、きくらげ、たけのご水煮
			わかめスープ	鶏肉、わかめ		玉ねぎ、えのきたけ、ねぎ
			さつまいものごま団子		さつまいも、油、さとう、小麦粉、白玉粉、ごま	
9	月	牛乳	鶏と卵のそぼろ丼	鶏肉、大豆、たまご	米、麦、油、三温糖、さとう	しょうが、かんぴょう、こまつな
			きびなごの青のり揚げ	きびなご、青のり	でん粉、油	しょうが
			じゃがいものみそ汁	わかめ、みそ	じゃがいも、こんにゃく	玉ねぎ、ねぎ
10	火	牛乳	★小松菜一斉給食★			
			ツナと小松菜のご飯	ツナ缶	米、麦	にんじん、こまつな
			小松菜たっぷりつくね焼き	鶏肉、木綿豆腐、おから、みそ	油、でん粉、三温糖	玉ねぎ、こまつな、しょうが
			和風サラダ		ごま油、三温糖	キャベツ、にんじん、きゅうり、もやし、ホールコーン缶、玉ねぎ
			小松菜のみそ汁	油揚げ、木綿豆腐、みそ	こんにゃく	だいこん、にんじん、こまつな
11	水	牛乳	キャラメル揚げパン		コッペパン、油、ミルメーク（キャラメル）	
			きのこのサラダ		オリーブ油、三温糖	こまつな、ブロッコリー、キャベツ、にんじん、ホールコーン缶、にんにく、エリンギ、ぶなしめじ、えのき
			カレーミルクスープ	鶏肉、大豆、牛乳	油、さつまいも、じゃがいも、バター、小麦粉	玉ねぎ、にんじん、枝豆
12	木	牛乳	ご飯		米、麦	
			じゃこぶりかけ	干しひじき、しらす干し、かつお節	ごま	
			おでん	揚げボール、焼き竹輪、がんもどき、はんぺん、昆布	こんにゃく、ちくわぶ、さといも	だいこん
			焼肉サラダ	豚肉	ごま油、三温糖、ごま、油	にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、もやし
			菊花みかん			みかん
13	金	ジュース	★SDG s ～みんなの給食～★			
			菜飯		米、麦、油	だいこん葉、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、こまつな、にんじん、ねぎ
16	月	牛乳	ご飯		米、麦	
			ツナ入り卵焼き	干しひじき、鶏肉、木綿豆腐、ツナ缶、たまご	油、三温糖	玉ねぎ、にんじん
			野菜のごま和え		ごま、三温糖	こまつな、キャベツ、にんじん、はくさい
			はんぺん汁	はんぺん		にんじん、えのきたけ、ねぎ、こまつな
17	火	牛乳	ご飯		米、麦	
			タラのチーズパン粉焼き	タラ、たまご、粉チーズ	小麦粉、パン粉、油	
			こまつナサラダ	ツナ缶	油、三温糖	こまつな、キャベツ、きゅうり
			イタリアンスープ	鶏肉、たまご、粉チーズ	油、パン粉	玉ねぎ、にんじん、こまつな
18	水	牛乳	麻婆豆腐丼	豚肉、大豆、みそ、かつお節、木綿豆腐	米、油、麦、さとう、でん粉、ごま油	しょうが、にんにく、ねぎ、玉ねぎ、にんじん、干しいたけ、たけのご水煮
			ワンタンスープ	鶏肉	ワンタンの皮、ごま油	にんじん、キャベツ、もやし、ねぎ、えのきたけ、こまつな
			オレンジ			オレンジ
19	木	牛乳	ご飯		米、麦	
			ハンバーグトマトソースがけ	豚肉、木綿豆腐、大豆、豆乳、たまご	油、パン粉、三温糖、でん粉	玉ねぎ、マッシュルーム缶、トマト缶
			フライドポテト		じゃがいも、油	
			白菜スープ	鶏肉		にんじん、はくさい、ねぎ、こまつな
20	金	牛乳	胚芽パン		胚芽パン	
			魚のフライ	めばる	小麦粉、でん粉、パン粉、油、三温糖	
			ゆでキャベツ		油、さとう	キャベツ、きゅうり、にんじん、玉ねぎ
			ABCスープ	鶏肉	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
21	土	牛乳	★音楽会給食★			
			チキンピラフ	鶏肉	米、麦、油	しょうが、ホールコーン缶、枝豆、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム缶
			クリームシチュー	鶏肉、大豆、牛乳	油、じゃがいも、バター、小麦粉	にんじん、玉ねぎ
			音符ゼリー	粉寒天、アガー	さとう	りんごジュース、ぶどうジュース
26	木	牛乳	ポークカレーライス	豚肉、ヨーグルト、粉チーズ	米、麦、油、じゃがいも、バター、小麦粉	しょうが、にんにく、玉ねぎ、セロリー、にんじん
			フルーツポンチ		さとう	黄桃缶、パイナップル缶、ナタデココ
27	金	牛乳	チャーハン	たまご、豚肉	米、麦、油	にんじん、ねぎ、たけのこ、干しいたけ、枝豆
			ジャンボ餃子	豚肉	餃子の皮、ごま油、小麦粉、油	しょうが、玉ねぎ、にら、はくさい
			春雨スープ		緑豆はるさめ	にんじん、えのきたけ、もやし、ねぎ、こまつな
30	月	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	でん粉、油、小麦粉、三温糖	しょうが
			焼きししゃも	ししゃも		
			むらくも汁	たまご	でん粉	にんじん、玉ねぎ、はくさい、ねぎ

※都合により、献立や食材が変更になる場合があります。