

令和6年10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	水	牛乳	タンドリーチキンカレー	鶏肉、ヨーグルト、粉チーズ	米、麦、油、じゃがいも、バター、小麦粉	玉ねぎ、にんにく、しょうが、セロリー、にんじん
			手作り福神漬け		白ごま、三温糖	きゅうり、だいこん、にんじん、れんこん、しょうが
			梨			梨
3	木	牛乳	ご飯		米、麦	
			鮭のちゃんちゃん焼き	鮭、みそ	油、三温糖	玉ねぎ、キャベツ、しめじ、コーン
			じゃがいものきんぴら炒め	豚肉	油、つきごんにやく、さとう、じゃがいも、白ごま	にんじん、ごぼう
			田舎汁	鶏肉、木綿豆腐		だいこん、にんじん、干し椎茸、はくさい、ねぎ、こまつな
4	金	牛乳	★おはなし給食献立★			
			海鮮豆腐丼	豚肉、えび、いか、木綿豆腐	米、麦、油、三温糖、でん粉、ごま油	にんにく、しょうが、玉ねぎ、にんじん、たけのこ、チンゲン菜
			五目スープ	鶏肉、たまご	ごま油、でん粉	干し椎茸、にんじん、玉ねぎ、もやし、キャベツ、こまつな
			さつまいもチップス		さつまいも、油、三温糖、はちみつ	
7	月	牛乳	わかめご飯	炊き込みわかめ	米、麦、白ごま	
			鶏肉とじゃがいもの揚げ煮	鶏肉	でん粉、油、じゃがいも、三温糖	しょうが、玉ねぎ、にんじん、コーン、えだまめ
			豆腐のすまし汁	木綿豆腐		えのき、だいこん、にんじん、はくさい、ねぎ、こまつな
			巨峰			巨峰
8	火	牛乳	ご飯		米、麦	
			いかのチリソース	いか	油、でん粉、小麦粉、ごま油、さとう	にんにく、しょうが、ねぎ
			春雨サラダ		緑豆はるさめ、白ごま、三温糖、ごま油	キャベツ、もやし、にんじん、きゅうり
			中華風コーンスープ	たまご	でん粉	えのき、玉ねぎ、にんじん、クリームコーン、コーン、こまつな
9	水	牛乳	アップルトースト		食パン、バター、グラニュー糖	りんご
			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
			さつまいもシチュー	鶏肉、牛乳	油、さつまいも、バター、小麦粉	にんじん、玉ねぎ
10	木	牛乳	ご飯		米、麦	
			かつおのにんにく揚げ	かつお	三温糖、でん粉、油	にんにく、しょうが
			ゆかり野菜			キャベツ、にんじん、きゅうり、だいこん、ゆかり
			ぐる煮	鶏肉、生揚げ	さといも、板ごんにやく	だいこん、にんじん、ごぼう、干し椎茸
11	金	牛乳	★おはなし給食献立★			
			北海みそラーメン	豚肉、えび、ほたてがし、みそ	ラーメン、ごま油、油	にんにく、しょうが、玉ねぎ、にんじん、干し椎茸、キャベツ、コーン
			バリバリひじき	ひじき、ダイスチーズ	油、三温糖、春巻きの皮、小麦粉	にんじん
			チョレギサラダ	わかめ、のり	白ごま、三温糖、ごま油	だいこん、にんじん、キャベツ、きゅうり、にんにく、しょうが
15	火	牛乳	★十三夜献立★			
			栗ご飯		米、もち米、栗、黒ごま	
			さんまの梅煮	さんま	三温糖	しょうが、ねぎ、梅
			もやしのごま和え		白ごま、三温糖、ごま油	もやし、にんじん、こまつな、しょうが、にんにく
16	水	牛乳	けんちん汁	鶏肉、木綿豆腐、ちらしかまぼこ	板ごんにやく、さといも、ごま油	ごぼう、にんじん、だいこん、干し椎茸、ねぎ
			ピピンパチャーハン	豚肉、たまご	米、油、ごま油、白ごま	しょうが、にんにく、にんじん、ねぎ、はくさいキムチ、こまつな、もやし
			ししゃものピリ辛揚げ	ししゃも	でん粉、油	しょうが
			ワンタンスープ	鶏肉	油、ワンタンの皮、ごま油	にんにく、しょうが、干し椎茸、にんじん、もやし、はくさい、ねぎ、にら
17	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
			海藻サラダ	糸寒天、わかめ、くきわかめ	白ごま、油、ごま油、さとう	もやし、きゅうり、コーン
			りんご			りんご
18	金	牛乳	コッペパン		コッペパン	
			ラザニア	豚肉、大豆、牛乳、生クリーム、ピザチーズ	リボンパスタ、オリーブ油、バター、油、小麦粉	にんにく、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、トマト
			イタリアンスープ	鶏肉、たまご、粉チーズ	じゃがいも、生パン粉	玉ねぎ、にんじん、こまつな
			柿			柿
21	月	牛乳	ご飯		米、麦	
			豚肉の南蛮煮	豚肉、みそ、生揚げ	油、板ごんにやく、三温糖、じゃがいも	にんじん、ごぼう、玉ねぎ
			かきたま汁	木綿豆腐、たまご	でん粉	えのき、にんじん、はくさい、ねぎ、こまつな
			みかん			みかん
22	火	牛乳	ブルコギ丼	豚肉	米、麦、油、ごま油、三温糖、でん粉、白ごま	玉ねぎ、にんじん、もやし、りんご、しょうが、にんにく
			海鮮チヂミ	たまご、いか、えび	小麦粉、上新粉、三温糖、ごま油	にら、ねぎ、にんじん、にんにく
			わかめスープ	鶏肉、木綿豆腐、わかめ		にんじん、玉ねぎ、えのき、ねぎ
23	水	牛乳	きのこの和風スパゲッティ	鶏肉、いか、えび、のり	スパゲッティ、オリーブ油、油	にんにく、玉ねぎ、にんじん、しめじ、エリンギ
			サイコロサラダ	凍り豆腐、ロースハム	でん粉、油、じゃがいも、三温糖、ごま油、白ごま	にんじん、きゅうり
			ひよこ豆のスープ	鶏肉、ひよこ豆		玉ねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな
24	木	牛乳	ご飯		米、麦	
			さばの塩こうじ焼き	さば		
			カリッとあさりのサラダ	あさり	でん粉、油、ごま油、三温糖	しょうが、キャベツ、にんじん、きゅうり、玉ねぎ
			さつまいも	鶏肉、木綿豆腐、油揚げ、みそ	さつまいも	えのき、ごぼう、玉ねぎ、だいこん、にんじん、ねぎ、こまつな
25	金	牛乳	★運動会応援献立★			
			みそチキンかつ丼	鶏肉、みそ	米、麦、小麦粉、パン粉、油、ごま油、三温糖	にんにく
			だし醤油のおひたし	かつお節	白ごま	こまつな、はくさい、もやし、にんじん
			紅白はんぺん汁	木綿豆腐、あらればんぺん		えのき、だいこん、にんじん、ねぎ
29	火	牛乳	ご飯		米、麦	
			酢豚	豚肉	でん粉、小麦粉、油、じゃがいも、三温糖	しょうが、にんにく、玉ねぎ、にんじん、たけのこ、干し椎茸
			卵スープ	木綿豆腐、たまご、わかめ	でん粉	玉ねぎ、にんじん、えのき、ねぎ
30	水	牛乳	照り焼きピザトースト	鶏肉、ピザチーズ	食パン、油、三温糖、でん粉、マヨネーズ	玉ねぎ、コーン
			小松菜サラダ	ツナ	白ごま、油、三温糖	こまつな、キャベツ、きゅうり
			ポトフ	豚肉、ウィンナー	じゃがいも	にんにく、玉ねぎ、にんじん、キャベツ
31	木	牛乳	★ハロウィン献立★			
			チキンライス	鶏肉	米、油	玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリーンピース
			オニオンサラダ		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
			かぼちゃのポターージュ	牛乳、豆乳、生クリーム	油、バター、小麦粉	玉ねぎ、かぼちゃ
			オレンジ			オレンジ

※都合により、献立や食材が変更になる場合があります。