

様
(1)

2025、11月分予定献立

保護者確認欄

(月)	(火)	(水)	(木)	(金)
3	4 米飯	5 パン	6 米飯	7 米飯
	焼きししゃも 切干し大根の炒めナムル なめこ汁	かぼちゃのクリーム煮 ライスパスタサラダ	いもこ煮 海と畑のサラダ 納豆(個包装)	飲むゼリー(レモン) 淡路鶏から揚げ 島ナムル あわたまスープ
10 パン	11 米飯	12 いもご飯	13 米飯	14 米飯
五目ラーメン さっぱりサラダ	木の葉丼 じゃこのサラダ	鶏肉のうまから炒め ワンタンスープ	淡路コロッケ ほうれんそうの中華和え 竹輪のみそ汁	焼き魚(さんま) キャベツの赤しそ和え 筑前煮
17 黒糖パン	18 米飯	19 パン	20 麦ご飯	21 米飯
ポトフ パンサンスー	魚(たら)のごま揚げ ブロッコリーのぼん酢和え きのこのみそ汁	卵サンド(卵、ツナ・野菜) (小袋マヨネーズ) たまねぎのスープ	カレーライス ささみサラダ	鶏肉の塩こうじ焼き チンゲンサイのいりどりและ 湯葉のすまし汁
24	25 米飯	26 米飯	27 米飯	28 米飯
	中華丼 ひねぼんサラダ みかん	和風煮込みハンバーグ 小松菜のおかか和え だいこんのみそ汁	青パパイヤのチンジャオロース キムチスープ	鮭のみぞれかけ 水菜のごま和え ちゃんこ汁

11月分より、パンの表記が変わります。ご注意ください。
「減量パン」「パン」「減量黒糖パン」「黒糖パン」(内容成分・量は変わりません。)

2025、11

No.1

3(月)			4(火)			5(水)			6(木)			7(金)		
			米飯 焼きししゃも 切干し大根の炒めナムル なめこ汁			パン かぼちゃのクリーム煮 ライスパスタサラダ			米飯 いもこ煮 海と畑のサラダ 納豆(個包装)			米飯 飲むゼリー(レモン) 淡路鶏から揚げ 島ナムル あわたまスープ		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
			ししゃも 15g	小1,2年 1尾	その他 2尾	鶏もも皮つき 5g	30	36	牛肉ももばらスライス	30	36	飲むゼリー 140g (レモン)	1個	1個
			切干し大根	5	6	蒸し大豆	15	18	冷凍絹厚揚げ	20	24	鶏もも皮つき 10g	85	102
			豚肉ももスライス	15	18	たまねぎ	35	42	里芋	50	60	天外天塩	0.56	0.67
			にんじん	10	12	にんじん	12	14.4	たまねぎ	50	60	こしょう	0.04	0.05
			にら	2	2.4	かぼちゃ角切り	50	60	にんじん	20	24	でんぷん	14	16.8
			根深ねぎ	1	1.2	マッシュルーム	5	6	しらたき	20	24	米ぬか油	8.4	10.08
			こいくちしょうゆ	1.8	2.16	パセリ	0.4	0.48	冷凍さやいんげん	3	3.6	ほうれんそう	40	48
			上白糖	1.5	1.8	ペンネマカロニ	5	6	こいくちしょうゆ	6.7	8.04	だいこん	20	24
			うすくちしょうゆ	1.9	2.28	有塩バター	2.3	2.76	上白糖	2.7	3.24	にんじん	2	2.4
			本みりん	0.5	0.6	小麦粉	2.3	2.76	本みりん	0.8	0.96	ごま油	0.3	0.36
			ごま油	1	1.2	丸鶏スープベースHD	12	14.4	天外天塩	0.2	0.24	うすくちしょうゆ	2.8	3.36
			いりごま	1	1.2	豆乳	35	42	削り節 3号だし	1	1.2	たまねぎ	20	25
			なめこ	8	10	天外天塩	0.6	0.72	水	10	12	にんじん	9	11
			木綿豆腐	40	45	こしょう	0.02	0.02	キャベツ	17	20.4	塩蔵わかめ	1.2	1.44
			にんじん	10	12	ライスパスタ	10	12	きゅうり	10	12	鶏卵	17	20
			乾燥湯葉	1	1.2	ポークハム	12	14.4	まぐろ油漬け	15	18	丸鶏スープベースHD	15	15
			根深ねぎ	10	12	黄ピーマン	3	3.6	にんじん	5	6	天外天塩	0.25	0.25
			みそ	7.25	7.4	にんじん	5	6	冷凍ホールコーン	5	6	こしょう	0.03	0.04
			煮干し	4	4	きゅうり	20	24	乾しひじき	1.5	1.8	うすくちしょうゆ	3.9	4.1
						うすくちしょうゆ	3.65	4.38	うすくちしょうゆ	2.2	2.64	でんぷん	0.3	0.33
						米酢	3.6	4.32	米酢	2.8	3.36			
						上白糖	1.52	1.82	上白糖	1.2	1.44			
						ごま油	0.48	0.58	カップ納豆20g	1個	1個			
									納豆タレ 3g	1個	1個			

2025、11

No. 2

[illegible]

2025、11

No.3

17(月)			18(火)			19(水)			20(木)			21(金)		
黒糖パン ポトフ パンサンスー			米飯 魚(たら)のごま揚げ ブロッコリーのぼん酢和え きのこのみそ汁			パン 卵サンド(卵、ツナ・野菜) (小袋マヨネーズ) たまねぎのスープ			麦ご飯 カレーライス ささみサラダ			米飯 鶏肉の塩こうじ焼き チンゲンサイのいりどりし和え 湯葉のすまし汁		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
荒挽ミニカクテルウインナー	20	24	たら切身 50g	1切	1切		小1,2年	その他	豚肩ロース1.5cm角切り	30	35		小1,2年	その他
豚肉ももスライス	10	12	でんぷん	5	5	手巻き用卵 15g	1本	2本	米ぬか油	0.3	0.3	鶏むね皮つき	50	70
キャベツ	30	35	米ぬか油	5	5				にんじん	20	22	塩こうじ	4	5.6
じゃがいも	45	50	こいくちしょうゆ	2	2	まぐろ油漬け	20	24	たまねぎ	60	65			
たまねぎ	35	40	清酒	2	2	キャベツ	17	20.4	じゃがいも	54	63	キャベツ	20.8	24.96
にんじん	18	22	本みりん	2	2	きゅうり	3	3.6	マッシュルーム	4	5	チンゲンサイ	27.2	32.64
セロリー	3	4	いりごま	2	2	たまねぎ	3.5	4.2	給食用カレーフレーク	16	18	にんじん	4	4.8
スープベースチキン	15	15	三温糖	1	1				ウスターソース	2	2.2	冷凍ホールコーン	4	4.8
天外天塩	0.5	0.55	でんぷん	2	2	小袋マヨネーズ 8g	1袋	1袋	ケチャップ	2	2	ポークハム	6.4	7.68
こしょう	0.02	0.03	水	2.5	2.5				りんご	3	3	うすくちしょうゆ	2.08	2.5
						たまねぎ	23	27.6	赤ワイン	0.5	0.6	上白糖	0.32	0.38
はるさめ	6	7.2	ブロッコリー	10	12	にんじん	9	11	天外天塩	0.2	0.25			
きゅうり	20	24	冷凍ブロッコリー	20	24	レタス	25	30	ガラムマサラ	0.01	0.04	木綿豆腐	40	45
チキンハム	10	12	味ぽん	3.8	4.56	スープベースチキン	12	12	ココナッツミルク	2.5	3	にんじん	9	10.8
うすくちしょうゆ	3.6	4.32				天外天塩	0.38	0.44				塩蔵わかめ	1.2	1.4
上白糖	1.14	1.37	はくさい	30	36	こしょう	0.01	0.02	キャベツ	25	30	乾燥湯葉	1	1.2
米酢	1.96	2.35	ぶなしめじ	5	6	コンソメ	1.04	1.36	にんじん	5	6	葉ねぎ	3.5	3.5
ごま油	0.98	1.18	えのきたけ	5	6				蒸しささみ	15	18	天外天塩	0.14	0.15
			油揚げ	3	3.6				きゅうり	10	12	うすくちしょうゆ	3.7	3.8
			葉ねぎ	3.5	3.5				セロリー	2	2.4	出し昆布	0.6	0.6
黒砂糖	10	14	煮干し	4	4				いりごま	0.6	0.72	削り節 3号だし	4	4
			みそ	6.9	7				うすくちしょうゆ	2.6	3.12			
									米酢	2.9	3.48			
									上白糖	1	1.2			
									ごま油	0.5	0.6			
									米粒麦	11.1	14.3			

2025、11

No.4

[illegible]