

様
(8)

2025、11月分予定献立

保護者確認欄



エビ、イカ、カニ、タコ
乳製品

11月はエビ、イカ、カニ、タコの使用はありません。

(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

7日は、牛乳パックの代わりに飲むゼリー(レモン)が付きます。
わかめ、ちりめん等海産物には、エビ・カニ等が含まれることがあります。

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

2025、11

No. 2

10(月)			11(火)			12(水)			13(木)			14(金)		
パン 五目ラーメン さっぱりサラダ			米飯 木の葉丼 じゃこのサラダ			いもご飯 鶏肉のうまから炒め ワントンスープ			米飯 淡路コロッケ ほうれんそうの中華和え 竹輪のみそ汁			米飯 焼き魚(さんま) キャベツの赤しそ和え 筑前煮		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
冷凍中華麺	小1年	80	焼きかまぼこ	12	15	鶏もも皮つき 10g	60	72	淡路牛コロッケ 60g	1個	1個	さんま筒切り 40g	1尾	1尾
	小2～6年	100	鶏卵	38	43	たまねぎ	10	12	(乳卵抜き)			天外天塩	0.16	0.16
	中・職	120	たまねぎ	75	80	キャベツ	40	48	米ぬか油	6	6			
ごま油	1	1.2	にんじん	15	18	エリンギ	15	18				キャベツ	60	72
豚肉ももスライス			乾しいたけ	0.6	0.7	赤ピーマン	5	6	冷凍ほうれんそう	25	30	にんじん	6	7.2
	12	14.4	おつゆふ	1.5	1.6	三温糖	2	2.4	ほうれんそう	25	30	ゆかり	0.6	0.72
焼豚	8	9.6	葉ねぎ	4.5	4.5	清酒	0.5	0.6	もやし	20	24			
なると	6.4	8	三温糖	1.3	1.45	こいくちしょうゆ	4	4.8	にんじん	5	6	鶏もも皮つき 10g	25	30
米ぬか油	0.4	0.48	うすくちしょうゆ	2.5	2.8	トウバンジャン	0.2	0.24	ごま油	0.3	0.36	米ぬか油	0.3	0.36
キャベツ	16	19.2	こいくちしょうゆ	4	4.5	コチジャン	2	2.4	うすくちしょうゆ	2.5	3	にんじん	23	27.6
にんじん	7.2	8.64	清酒	0.5	0.6	いりごま	1	1.2				ごぼう(乱切り)	27	32.4
たまねぎ	12	14.4	本みりん	0.5	0.6	米ぬか油	0.5	0.6	焼き竹輪	20	25	れんこん水煮	20	24
もやし	12	14.4	削り節 3号だし	2	2				にんじん	5	6	乾しいたけ	0.4	0.48
葉ねぎ	3.5	4.46				ワンタンの皮	8	9	たまねぎ	20	25	さつま揚げ	10	12
冷凍ホールコーン	6.4	7.68	キャベツ	30	36	にんじん	6	7	えのきたけ	4	5	冷凍絹厚揚げ	10	12
きくらげ	0.3	0.36	ちりめんじゃこ	3	3.6	えのきたけ	7	9	葉ねぎ	3.5	3.5	板こんにゃく	25	30
ごま油	0.5	0.6	ごま油	0.5	0.6	葉ねぎ	3	3	煮干し	4	4	冷凍さやいんげん	5	6
こいくちしょうゆ	1	1.1	冷凍むき枝豆	20	24	丸鶏スープベースHD	15	15	みそ	7.25	7.4	三温糖	1.5	1.8
うすくちしょうゆ	0.6	0.7	うすくちしょうゆ	1.2	1.44	天外天塩	0.12	0.13				うすくちしょうゆ	2.4	2.88
中華スープの素	0.7	0.8				うすくちしょうゆ	4.2	4.3				こいくちしょうゆ	2.1	2.52
スープベースチキン	10	10										清酒	0.5	0.6
天外天塩	0.3	0.3										本みりん	0.5	0.6
こしょう	0.05	0.05				さつまいも1.5cm角切り	15.5	20						
						天外天塩	0.62	0.8						
だいこん	20	24												
キャベツ	35	42												
カットわかめ	0.5	0.6												
親鶏素焼きスライス	10	12												
上白糖	1.87	2.24												
米酢	3.64	4.37												

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	味ぼん	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]