



小学校

令和6年度 11月分 学校給食献立表

大口町立学校給食センター



日曜	献立名	おもに体をつくるものとなる(赤)		おもに体の調子を整えるものとなる(緑)		おもにエネルギーのもととなる(黄)		エネルギー kcal 上段: 小 下段: 中	食塩相当量 g 上段: 小 下段: 中
		1群(たんぱく質) 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群(無機質) 乳・乳製品 小魚・海藻	3群(ビタミン) 緑黄色野菜	4群(ビタミン) その他の野菜・果物	5群(炭水化物) 穀類・いも類 砂糖	6群(脂質) 油脂		
1 金	ごはん 牛乳 とうふステーキのみそかけ ブロックソーセージのこまあえ さわにわん	牛乳 豆乳 ぶた肉 みそ ぶた肉 糸かまぼこ かつおぶし			しょうが キヤベツ にんじん ねぎ	でんぶん さとう さとう	油 ごま	559 702	2.1 2.6
5 火	ごはん 牛乳 ★さばの八丁味噌煮 チンゲンサイのおひたし けんちん汁	牛乳 さば みそ かつおぶし とり肉 油揚げ とうふ		チングンサイ にんじん にんじん ねぎ	もやし ごぼう だいこん ねぎ	さとう さといも	ごま油	590 728	1.9 2.2
6 水	小型ロールパン 牛乳 カレースパゲティ ★かぼちゃロッケ アセロラフルーツ	牛乳 ぶた肉 とり肉		にんじん かぼちゃ	たまねぎ マッシュルーム にんにく たまねぎ ハイン みかん 黄桃	小型ロールパン スパゲティ パン粉 小麦粉 ナタデコ アセロラジュレ	油 カレールウ 油	622 738	2.4 2.9
7 木	ごはん 牛乳 いわしの甘ろ煮 青じそあえ ★おでん ★スイートポテト	牛乳 いわし 青じそ にんじん こんぶ			キャベツ もやし だいこん こんにゃく	ごはん さとう 水あめ でんぶん さといも さとう さつまいも さとう		700 879	2.6 3.6
8 金	ごはん 牛乳 ★揚げぎょうざ はるさめサラダ ハ宝葉	牛乳 とり肉 たまご ぶた肉 いか			キャベツ たまねぎ にんにく きゅうり とうもろこし チングンサイ にんじん	ごはん パン粉 小麦粉 さとう はるさめ さとう さとう でんぶん	油 ごま油 ごま油 ごま油	648 834	2.0 2.4
11 月	ごはん 牛乳 とり肉の照り焼き ほうれんそうのごまあえ 豚汁 いちごヨーグルト	牛乳 とり肉 ぶた肉 とうふ みそ かつおぶし			ほれんそう にんじん 煮干し ヨーグルト	ごはん さとう 水あめ でんぶん さとう さといも		638 768	2.4 2.7
12 火	ごはん 牛乳 ししゃもフライのお好みソース れんこんとごぼうのきんぴら のっべい汁	牛乳 ししゃも にんじん いんげん ねぎ				ごはん パン粉 小麦粉 さとう れんこん ごぼう さとう さといも でんぶん	油 油 ごま	591 711	2.0 2.3
13 水	白玉うどん 肉みそあんかけ 牛乳 あつ焼きたまご こまつなつのツナあえ りんご	牛乳 ぶた肉 ちくわ みそ たまご ツナ		にんじん ねぎ	にんじん ねぎ ごまつな	白玉うどん さとう でんぶん さとう でんぶん さとう	油 油	635 801	3.5 4.4
14 木	ごはん 牛乳 酢豚 きゅうりともやしのナムル わかめスープ	牛乳 ぶた肉 とうふ わかめ		ピーマン にんじん ねぎ	しょうが たまねぎ きゅうり もやし にんじん ねぎ	ごはん でんぶん さとう さとう さとう でんぶん	油 ごま油 ごま ごま油	604 777	1.5 1.9
15 金	さつまいもごはん 牛乳 ごぼう入りつくね 和風サラダ ひだま汁	牛乳 とり肉 大豆 かつおぶし とうふ かつおぶし				たまねぎ ごぼう しょうが キャベツ だいこん えのきだけ ねぎ	さつまいもごはん さとう でんぶん さとう 玉ひ	578 712	1.9 2.2
18 月	ごはん 牛乳 さんまの銀紙焼き はくさいのゆかりあえ かきたま汁	牛乳 さんま みそ とり肉 たまご かまぼこ とうふ かつおぶし				はくさい えのきだけ ねぎ	ごはん さとう 米粉	617 756	2.6 2.9
19 火	揚げパン 牛乳 ツナサラダ はくさいの豆乳スープ 蒲郡みかんゼリー	牛乳 ツナ かつおぶし とり肉 豆乳				きゅうり もやし たまねぎ はくさい みかん	愛知のツイストパン さとう ごま油 マカロニ ホワイトルウ ゼリー	677 779	2.5 3.0
20 水	ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き 即席漬け なめこ汁	牛乳 ぶた肉 とうふ みそ				たまねぎ ショウガ きゅうり たくあん にんじん ねぎ	ごはん さとう でんぶん ごま	572 708	2.4 2.9
21 木	ごはん 牛乳 さつまいもコロッケ じゃこキャベツ ひきすり	牛乳 さつまいも さとう とり肉 とうふ		しらす干し ごまつな		キャベツ はくさい ねぎ こんにゃく	ごはん さつまいも さとう パン粉 小麦粉 でんぶん さとう ごま 油	648 799	2.2 2.6
25 月	ごはん 牛乳 たらの幽庵焼き ひじきの炒め煮 五目汁	牛乳 たら ツナ ひじき				ゆず とうもろこし えだまめ はくさい ねぎ	ごはん さとう さとう 油	581 750	1.7 2.1
26 火	麦ごはん 牛乳 カレーライス コールスローサラダ みかん	牛乳 ぶた肉 ハム		にんじん	たまねぎ にんにく キャベツ キュウリ とうもろこし レモン みかん	麦ごはん じゃがいも さとう さとう	油 カレールウ 油	618 765	2.0 2.6
27 水	きしめん きしめんの汁 牛乳 かき揚げ わらびもち	牛乳 ねぎ にんじん しゅんぎく				はくさい 千しいたけ たまねぎ ごぼう	きしめん 小麦粉 でんぶん わらびもち さとう	642 837	2.4 2.9
28 木	ごはん 牛乳 おろしハンバーグ ごぼうサラダ ボトル	牛乳 ぎゅう肉 ぶた肉 とり肉 にんじん いんげん				たまねぎ だいこん ごぼう とうもろこし たまねぎ キャベツ セロリ しめじ	ごはん パン粉 でんぶん さとう マヨネーズ ごま 油	680 827	2.5 2.6
29 金	ごはん 牛乳 れんこんサンドフライ 塩こんぶあえ ご汁 ココア牛乳のもと	牛乳 とり肉 こんぶ ぶた肉 とうふ 豆乳 みそ 煮干し				れんこん たまねぎ 千しいたけ キャベツ もやし だいこん ごぼう ねぎ	ごはん パン粉 でんぶん 小麦粉 ココア牛乳のもと	609 769	2.3 2.7

※献立の内容は変わることがあります。

※太字の食材は、大口町でとれたものです。

※本献立表は、全ての食材を記載しているものではありません。食物アレルギーの確認は、詳細な献立表(週間献立表)と給食物資配合表でご確認ください。

※大口町では、給食費の半額を町費で負担しています。