



11月学校給食献立表



① 県内の消費者と生産者が
今まで以上にいい関係になる
② Eat more Aichi products
(イート モア アイチ プロダクツ)
もっと愛知県産品を食べよう
(利用しよう)

(2021年) この献立表にはすべての材料を記載していません。食物アレルギーの対応は詳細な献立表にて確認してください。小牧市教育委員会

日曜	献立名	おもな材料名					
		おもに体をつくるもとになるもの		おもに体の調子を整えるもとになるもの		おもにエネルギーのもとになるもの	
		1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・きのこ・果物	5群 穀類・いも類・さとう	6群 油脂・種実類
1月	ごはん 牛乳 豚肉と生揚げの煮もの いわしのしょうが煮 キャベツとわかめの甘酢あえ	豚肉 生揚げ さつま揚げ いわし	牛乳	にんじん	だいこん ねぎ こんにゃく しょうが キャベツ コーン	米 さとう さとう でんぷん さとう	油
2火	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 揚げぎょうざ もやし中華あえ	豆腐 豚肉 大豆 みそ 豚肉 ハム	牛乳	にんじん にら にんじん こまつな	ねぎ たまねぎ しょうが にんにく キャベツ たまねぎ にんにく もやし	米 さとう でんぷん パン粉 でんぷん 小麦粉 さとう さとう	油 油 ごま油
4木	ごはん 牛乳 さつま汁 さげのごまだれがけ ひじきのいため煮	鶏肉 豆腐 油揚げ みそ さげ さつま揚げ	牛乳	にんじん	だいこん ねぎ こんにゃく	米 さつまいも さとう でんぷん さとう	油 ごま 油
5金	クロスロールパン 牛乳 ポトフ れんこんハンバーグのトマトソース 豆乳プリン	フランクフルト 豚肉 鶏肉 牛肉 豆乳	牛乳	にんじん	たまねぎ キャベツ だいこん れんこん たまねぎ	パン じゃがいも パン粉 さとう さとう	油 油 油
8月	ごはん 牛乳 にらたまスープ しゅうまい キムチいため	鶏肉 鶏卵 豆腐 豚肉 鶏肉 たら	牛乳	にら にんじん にんじん	たまねぎ 干しいたけ たまねぎ たまねぎ 白菜キムチ ごぼう	米 でんぷん でんぷん パン粉 さとう 小麦粉 さとう	油 ごま油 油
9火	麦ごはん 牛乳 呉汁 ツナそぼろ みかん	豚肉 大豆 豆腐 豆乳 みそ まぐろ油漬	牛乳	にんじん にんじん	だいこん ねぎ こんにゃく たまねぎ コーン しょうが みかん	米 麦 さとう	油 油 ごま
10水	ソフトめん 牛乳 トマトソース だいこんサラダ ㊤くるまえびのから揚げ ヨーグルト	豚肉 ささみ油漬 えび	牛乳	にんじん トマト にんじん	たまねぎ えだまめ にんにく だいこん きゅうり	ソフトめん トマトルウ さとう	油 オリーブ油 油
11木	ごはん 牛乳 さわにわん ちくわのお好み揚げ 五目きんぴら	豚肉 かまぼこ 豆腐 ちくわ 牛肉	牛乳	にんじん にんじん	だいこん えのきたけ ねぎ しょうが ごぼう こんにゃく	米 小麦粉 さとう	油 油 ごま ごま油
12金	麦ごはん 牛乳 きのこ入りカレー ウインナー 福神サラダ	鶏肉 ウインナー	牛乳	にんじん にんじん	たまねぎ しめじ エリンギ にんにく コーン キャベツ 福神漬	米 麦 じゃがいも カレールウ さとう	油
15月	ごはん 牛乳 しらす入りつみれ団子すまし汁 愛知の厚焼きたまご さといものごまみそ煮	しらす入りつみれ団子 油揚げ 鶏卵 鶏肉 みそ	牛乳	にんじん みつば にんじん	だいこん たまねぎ れんこん	米 さとう でんぷん さといも さとう	油 油 ごま
16火	ごはん 牛乳 肉じゃが にぎすフライ こまつなのおかあえ	豚肉 にぎす かつお節	牛乳	にんじん にんじん こまつな	たまねぎ こんにゃく キャベツ	米 じゃがいも さとう パン粉 小麦粉 さとう	油 油
17水	きしめん 牛乳 五目きしめん 愛知県産野菜はんぺん フルーツゼリーミックス	鶏肉 かまぼこ 油揚げ 魚肉	牛乳	にんじん にんじん	はくさい えのきたけ しめじ ねぎ れんこん キャベツ もも パイン	きしめん でんぷん さとう みかんゼリー いちごゼリー	油 油
18木	ごはん 牛乳 はちはい汁 さばの八丁みそ煮 野菜のしそひじきあえ	ちくわ 油揚げ 豆腐 さば みそ	牛乳	にんじん にんじん ほうれんそう	ねぎ こんにゃく もやし	米 さといも さとう	
19金	愛知の米粉入りパン 牛乳 チキンピーズ 愛知のキャベツ入りメンチカツ ブロッコリーサラダ	鶏肉 大豆 牛肉 豚肉	牛乳	にんじん トマト にんじん ブロッコリー	たまねぎ キャベツ たまねぎ コーン キャベツ	パン じゃがいも でんぷん パン粉 さとう 小麦粉 ドレッシング	油
22月	ごはん 牛乳 みそけんちん汁 さつまいもコロッケ はくさいの赤しそあえ ココア牛乳のもと	鶏肉 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	にんじん にんじん 赤しそ粉	だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく はくさい	米 さつまいも パン粉 さとう 小麦粉 ココア牛乳のもと	ごま油 油
24水	中華めん 牛乳 しょうゆラーメン 愛知のしそ入り鶏春巻き 杏仁豆腐	豚肉 なんと 鶏肉	牛乳	にんじん にんじん 青じそ	もやし キャベツ ねぎ しょうが にんにく たまねぎ キャベツ ねぎ しょうが みかん パイン もも	中華めん はるさめ でんぷん さとう 小麦粉 杏仁豆腐	油 油
25木	ごはん 牛乳 みそおでん 豆腐団子 千草あえ	豚肉 さつま揚げ みそ 豆腐 鶏肉 油揚げ	牛乳	にんじん にんじん にんじん こまつな	だいこん こんにゃく たまねぎ ごぼう ねぎ しょうが はくさい	米 さといも さとう でんぷん パン粉 さとう さとう	油 油 ごま
26金	ロールパン 牛乳 さといものクリームシチュー 米粉のほきフライ(1食用とんかつソース) 海藻サラダ	鶏肉 ほき	牛乳	にんじん にんじん	たまねぎ キャベツ	パン さといも 小麦粉 米粉 さとう	バター 油 油 ごま油
29月	ごはん 牛乳 きのこ汁 さわらの塩こうじ焼き ㊤ひき肉とたっぷりキャベツの卵炒め	鶏肉 豆腐 かまぼこ さわら 豚肉 いら卵	牛乳	にんじん にんじん	ねぎ えのきたけ だいこん しめじ 干しいたけ キャベツ	米 でんぷん	油 ごま油
30火	ごはん 牛乳 肉豆腐 鶏肉と大豆のごまがらめ グレープゼリー	豚肉 焼き豆腐 鶏肉 大豆	牛乳	にんじん	たまねぎ ねぎ しょうが ぶどう果汁	米 かくふ さとう でんぷん さとう さとう	油 油 ごま

付記 材料の都合により一部変更する場合があります。

㊤は小学校 ㊤は中学校

㊤29日(月)「ひき肉とたっぷりキャベツの卵炒め」は令和2年度 応時中学校 生徒 加藤 由衣さんの応募献立を参考にしました。

給食回数 20回

※はしは毎日持ってきてください。

※学校給食のごはんは愛知県産米「あいちのかおり」を使用しています。

初めての食材でアレルギー症状が起きる場合があります。食材のことなどを確認したい場合は、お気軽に学校へご相談ください。詳しい資料をお渡しするか、ご希望の方には担当栄養士がわかりやすくご説明いたします。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です。

「食育」とは、食べ物に興味をもち、食について学ぶことです。この日は、「家族といっしょに家でごはんを食べましょう」との願いからつくられました。

小牧市のホームページに学校給食のコーナーがあります。

再生紙使用

携帯電話用ホームページ

