



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)

(2023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 水	ごはん 牛乳 豆乳なべ 和風コロッケ しらす入り野菜のあえもの コーヒー牛乳のもと	鶏肉 豆腐 豆乳 みそ	牛乳 糸寒天	にんじん にんじん こまつな にんじん	はくさい ねぎ れんこん もやし	米 じゃがいも パン粉 さとう 小麦粉 米粉 でんぶん さとう コーヒー牛乳のもと	油
2 木	ロールパン 牛乳 ABCマカロニスープ 野菜グラタン ごぼうサラダ	豚肉 豆乳 おから	牛乳	にんじん にんじん ほうれんそう にんじん	キャベツ コーン たまねぎ たまねぎ コーン ごぼう きゅうり	パン マカロニ じゃがいも 米粉 じゃがいも さとう さとう	油 油 ドレッシング
6 月	ごはん 牛乳 呉汁 にしんの野菜あんかけ ファイバーヨーグルト	豚肉 大豆 豆腐 油揚げ みそ にしん	牛乳 ファイバーヨーグルト	にんじん こまつな	だいこん しょうが たまねぎ えだまめ	米 でんぶん さとう	油 油
7 火	ごはん 牛乳 かきたま汁 けんちん信田の肉みそかけ 海藻サラダ ④乾燥小魚	鶏卵 鶏肉 豆腐 かまぼこ 豆腐 油揚げ 魚肉すりみ 豚肉 みそ	牛乳 ひじき	にんじん にんじん	たまねぎ 干しいたけ ねぎ コーン レモン果汁	米 でんぶん でんぶん さとう さとう	油 油 オリーブ油
8 水	中華めん 牛乳 わかめラーメン 揚げぎょうざ ナタデココゼリーミックス	豚肉 豚肉	牛乳 わかめ	にんじん にら	キャベツ もやし たまねぎ コーン ねぎ キャベツ たまねぎ にんにく	中華めん パン粉 でんぶん さとう 小麦粉 ナタデココ アセロラジュレ りんごゼリー いちごゼリー	ごま 油 油
9 木	麦ごはん 牛乳 牛丼 白身魚香味フライ 三色いため	牛肉 かまぼこ ほき	牛乳	にんじん バジル にんじん	たまねぎ ねぎ こんにゃく にんにく キャベツ コーン	麦 米 さとう パン粉 小麦粉 でんぶん	油 油 油
10 金	愛知の米粉入りパン 牛乳 さといものクリームシチュー ポロニアソーセージ こまつなのサラダ	豚肉 鶏肉 豚肉 まぐろ油漬	牛乳 牛乳 チーズ 生クリーム ひじき	にんじん こまつな にんじん	はくさい たまねぎ	パン さといも 小麦粉 でんぶん さとう	バター 油 ドレッシング
13 月	ごはん 牛乳 愛知のしらすだんご汁 さばの八丁みそ煮 キャベツの赤じそあえ 蒲郡みかんゼリー	しらす入りつみれ団子 豆腐 油揚げ さば みそ	牛乳	にんじん みつば 赤じそ	だいこん たまねぎ しょうが キャベツ もやし みかん果汁	米 さとう さとう	
14 火	ごはん 牛乳 名古屋コーチン入りひきずり とうふだんご 小牧のさといもサラダ(マヨネーズ風調味料)	鶏肉 豆腐 豆腐 鶏肉	牛乳 あおのり ひじき	にんじん にんじん にんじん	ねぎ はくさい こんにゃく たまねぎ ごぼう ねぎ しょうが えだまめ	米 さとう かくふ でんぶん パン粉 さとう さといも	油 油 マヨネーズ風調味料
15 水	きしめん 牛乳 五目きしめん さつまいもコロッケ きんぴられんこん ④飲むヨーグルト	豚肉 かまぼこ 油揚げ	牛乳	にんじん	たまねぎ 干しいたけ ねぎ	さつまいも さとう パン粉 小麦粉 でんぶん さとう	油 ごま 油
16 木	ごはん 牛乳 うずら卵入り八宝菜 あおさ入りにぎすフライ ナムル	豚肉 うずら卵 にぎす	牛乳 あおさ	にんじん ビーマン こまつな にんじん	しょうが たけのこ はくさい たまねぎ 大豆もやし	米 でんぶん パン粉 小麦粉 さとう	油 油 ごま油
17 金	五穀ごはん 牛乳 愛知県産大豆入りカレー 愛知ポークのウインナー ブロッコリーとチーズのサラダ	鶏肉 大豆 豚肉	牛乳 チーズ	にんじん にんじん にんじん	たまねぎ にんにく たまねぎ コーン	大麦 発芽玄米 米 もちきび じゃがいも カレールウ さとう でんぶん さとう	油 油
20 月	ごはん 牛乳 きのこのみそ汁 ほっけの塩焼き ささみとわかめのあえもの ぶどうゼリー	豆腐 みそ ほっけ ささみ油漬	牛乳 わかめ	にんじん にんじん	たまねぎ ごぼう しめじ えのきたけ ねぎ レモン果汁 ぶどう果汁	米 さとう さとう でんぶん	
21 火	ごはん 牛乳 関東煮 たらの銀紙焼き もやしのごまあえ	鶏肉 さつま揚げ 生揚げ すけそうだら みそ	牛乳 こんぶ	にんじん にんじん	だいこん こんにゃく もやし	米 さといも さとう さとう でんぶん さとう	油 ドレッシング ごま
22 水	ソフトめん 牛乳 ミートソース 大学芋 みかん	豚肉 豚レバー 大豆	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム みかん	ソフトめん トマトルウ さつまいも さとう 水あめ	油 油
27 月	ごはん 牛乳 具だくさん汁 メンチカツ 和風サラダ のりふりかけ	鶏肉 豆腐 油揚げ 鶏肉 豚肉 かまぼこ かつお節 かつお節	牛乳	にんじん こまつな にんじん 抹茶	だいこん たまねぎ ごぼう ねぎ たまねぎ しょうが にんにく	米 でんぶん さとう さとう さとう でんぶん	油 油 油
28 火	麦ごはん 牛乳 ④マーボー里芋 しゅうまい 中華いため	豚肉 大豆 みそ 鶏肉 豚肉 大豆粉 みそ	牛乳	ビーマン にんじん にんじん	たまねぎ しょうが にんにく たまねぎ しょうが もやし たけのこ	麦 米 さといも 米粉 さとう パン粉 さとう 小麦粉	油 油
29 水	ごはん 牛乳 鶏団子汁 ソナそば 千切りたくあんあえ 手巻きのり	鶏団子 油揚げ まぐろ油漬	牛乳	にんじん にんじん さやいんげん	はくさい えのきたけ ねぎ たまねぎ しょうが 千切りたくあん	米 さとう	ごま
30 木	ごはん 牛乳 肉じゃが コーンフライ ひじきの和風マリネ 角チーズ	豚肉 さつま揚げ	牛乳 ひじき 糸寒天 チーズ	にんじん にんじん	たまねぎ こんにゃく コーン きゅうり	米 じゃがいも さとう 小麦粉 パン粉 さとう さとう	油 油 ごま油

付記 材料の都合により一部変更する場合があります。
 ④は小学校 ⑤は中学校
 ②28日(火)「マーボー里芋」は令和4年度 光ヶ丘中学校 川上 紗羅さんの応募献立を参考にしました。

給食回数 19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。

調味料を除く副食(おかず・デザート)にアレルギー特定原材料(卵、乳、小麦、えび、かに、落花生、そば)を含まない献立を月に1回程度作成しています。(詳細な献立表に記載してあります)

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

