



2021年度



11月献立表

給食	11月	材料	朝 おやつ	おやつ
1 月	牛そぼろごはん 海の雷豆腐 みそ汁 オレンジ	精白米 かつお・昆布だし 牛肉ミンチ ごま油 醤油 みりん 砂糖 しょうが さやいんげん 木綿豆腐 ホールコーン缶 しらす干し わかめ 片栗粉 玉ねぎ にんじん えのき ねぎ みそ オレンジ ツナ缶 食パン マヨドレ 青のり 牛乳	干菓子	牛乳 ツナパン
2 火	ごはん あじの塩焼き 小松菜のごま和え みそ汁 りんご	精白米 あじ レモン果汁 塩 小松菜 しめじ ごま 醤油 かつお・昆布だし 絹ごし豆腐 玉ねぎ にんじん 油揚げ ねぎ みそ りんご スライス チーズ 片栗粉 じゃがいも 牛乳	干菓子	牛乳 ボンデケーキ
3 水	文化の日			
4 木	ごはん 豚肉の梅干し煮 三色和え かぼちゃのソテー みそ汁	精白米 豚肉 たまねぎ サラダ油 梅干 濃口しょうゆ 砂糖 みりん キヤベツ にんじん コーン かぼちゃ わかめ 青葱 みそ 削り節 こんぶ 牛乳 食パン しらす干し あおのり 白ごま マヨドレ さつま芋 バター 卵 黄 砂糖 牛乳	干菓子	牛乳 スイートポテト
5 金	ごはん サワラのごま味噌焼き 五目豆 ブロッコリーのかつお和え すまし汁	精白米 さわら みそ 濃口しょうゆ 砂糖 白ごま 料理酒 しょうが 大豆 油揚げ 板こんにゃく れんこん にんじん いんげん みりん ブロッコリー かつお節 しめじ たら 薄口しょうゆ 食塩 削り節 こんぶ 牛乳 薄力粉 マーガリン きな粉 りんごジュース クールゼリーの素	干菓子	牛乳 りんごゼリー
8 月	ピラフ 肉団子の白菜スープ オレンジ	精白米 シーチキン たまねぎ ミックスベジタブル 鶏ガラスープの素 薄口しょうゆ 豚ミンチ 青葱 料理酒 食塩 片栗粉 はくさい にんじん 小松菜 はるさめ みりん 鶏がらスープの素 オレンジ 牛乳 じゃがいも サラダ油 バター 小麦粉 牛乳 砂糖 ベーキングパウダー コーンフレーク	干菓子	牛乳 ロッククッキー
9 火	ふりかけごはん タラのムニエルタルタルソースがけ ひじきとツナの炒め物 ブロッコリーのゆかり和え すまし汁	精白米 ふりかけ たら 食塩 こしょう 上新粉 オリーブ油 たまねぎ 黄パプリカ サラダ油 マヨドレ レモン汁 パセリ シーチキン ひじき にんじん いんげん ごま油 砂糖 濃口しょうゆ ブロッコリー ゆかり 木綿豆腐 青葱 薄口しょうゆ 削り節 こんぶ 牛乳 白玉粉 絹越豆腐 みりん 片栗粉 ブルーベリージャム ブレーンヨーグルト	干菓子	牛乳 ブルーベリーヨーグルト
10 水	ごはん みそ焼肉 大根サラダ 昆布のおかか煮 すまし汁	精白米 豚肉 たまねぎ にんじん ごま油 みりん 料理酒 濃口しょうゆ みそ シーチキン だいこん きゅうり コーン 砂糖 米酢 ゆかり こんぶ 削り節 わかめ 青葱 薄口しょうゆ 食塩 牛乳 りんご 小麦粉 バター 牛乳 卵 ベーキングパウダー	干菓子	牛乳 りんごケーキ
11 木	ごはん 石狩鍋 三色和え オレンジ	精白米 鮭 塩 じゃがいも 焼き豆腐 大根 にんじん 糸こんにゃく ねぎ 干しいたけ みそ 酒粕 かつお・昆布だし ほうれん草 かまぼこ ホールコーン缶 醤油 砂糖 オレンジ きな粉 食パン バター 牛乳	干菓子	牛乳 きな粉サンド
12 金	ロールパン きのこカレーシチュー トマトサラダ バナナ	ロールパン 牛肉 玉ねぎ にんじん 大豆 しめじ マッシュルーム 油 カレールウ 牛乳 トマト キヤベツ ホールコーン缶 酢 砂糖 塩 バナナ 醤油 砂糖 ごま 味噌 精白米 みりん	干菓子	牛乳 五平餅

15	月	親子丼 切り干し大根の煮つけ りんご	精白米 鶏肉 玉ねぎ にんじん 卵 かまぼこ みつば 醤油 砂糖 みりん 酒 片栗粉 かつお・昆布だし 切干大根 大豆 ちくわ ひじき 干しいたけ さやいんげん 油 りんご みりん 醤油 砂糖 白玉粉 絹ごし豆腐	干菓子	牛乳 みたらし団子
16	火	ごはん 鮭のあかね焼き 小松菜のお浸し みそ汁	精白米 鮭 酒 トマトケチャップ みりん 醤油 砂糖 しょうが 小松菜 にんじん かつお・昆布だし なす 玉ねぎ えのき 油揚げ ねぎ みそ クールゼリーの素 みかん缶 白桃缶 牛乳	干菓子	牛乳 フルーツゼリー
17	水	いもごはん なたね和え 鶏肉と野菜のスープ バナナ	精白米 かつお・昆布だし さつまいも 塩 醤油 酒 みりん 黒ごま ほうれん草 かつお・昆布だし 醤油 卵 油 砂糖 鶏肉 レンコン 玉ねぎ 人参 ねぎ 醤油 鶏ガラスープの素 バナナ 小麦粉 バター ココア 卵 牛乳 ベーキングパウダー	干菓子	牛乳 ココアケーキ
18	木	ごはん 八宝菜 春雨の酢の物 バナナ	精白米 豚肉 白菜 玉ねぎ にんじん 干しいたけ もやし チンゲン菜 鶏ガラスープの素 醤油 しょうが ごま油 片栗粉 春雨 きゅうり ホールコーン缶 ハム わかめ バナナ ホットケーキミックス 牛乳 バター 砂糖	干菓子	牛乳 メロンパン
19	金	ごはん 鯛の竜田揚げ キャベツの割醤油和え すまし汁	精白米 鯛 塩 酒 醤油 片栗粉 油 キャベツ 醤油 かつお・昆布だし 玉ねぎ にんじん えのき 油揚げ みつば 食パン グラニュー糖 バター 牛乳	干菓子	牛乳 シュガーラスク
22	月	ごはん すき焼き風煮 刻み昆布のごま和え オレンジ	精白米 牛肉 玉ねぎ 白菜 焼き豆腐 人参 春菊 糸こんにゃく ごぼう 麩 油 醤油 みりん 砂糖 酒 かつお・昆布だし 大根 きゅうり 刻み昆布 ごま 醤油 砂糖 ごま油 オレンジ かぼちゃ 上新粉 牛乳 バター	干菓子	牛乳 かぼちゃのおやき
23	火	 勤労感謝の日 			
24	水	★お誕生日会★ ごはん ミートローフ 粉ふき芋 もずくスープ	精白米 鶏ミンチ 豚ミンチ 塩 卵 パン粉 牛乳 玉ねぎ にんじん さやいんげん 油 トマトケチャップ ウスターソース 砂糖 じゃがいも 青のり 絹ごし豆腐 大根 もずく しめじ しょうが 鶏ガラスープの素 片栗粉 小麦粉 バター 卵 ココア 牛乳 砂糖 ベーキングパウダー	干菓子	牛乳 マーブルケーキ
25	木	ごはん 白身魚の照り煮 チンゲン菜のおかか和え みそ汁	精白米 カラスカレイ しょうが 砂糖 みりん 醤油 チンゲン菜 花かつお 醤油 かつお・昆布だし 絹ごし豆腐 玉ねぎ 人参 わかめ みそ 牛乳 小麦粉 卵 バター ベーキングパウダー	干菓子	牛乳 マフィン
26	金	ふりかけごはん 鶏肉のパーベキュー焼き かぼちゃのサラダ 野菜スープ 柿	精白米 ふりかけ 鶏もも肉 たまねぎ にんにく ケチャップ ウスターソース 砂糖 かぼちゃ きゅうり コーン 米酢 マヨドレ にんじん キャベツ 鶏がらスープの素 薄口しょうゆ バセリ 柿 牛乳 薄力粉 マーガリン 黒ごま ぶどうジュース クールゼリーの素 牛乳	干菓子	牛乳 ぶどうゼリー
29	月	担々ごはん 枝豆サラダ バナナ	精白米 豚ミンチ たまねぎ にんじん 長葱 にんにく しょうが ごま油 みそ 砂糖 濃口しょうゆ 鶏がらスープの素 料理酒 食塩 えだまめ わかめ キャベツ 米酢 バナナ 牛乳 精白米 高野豆腐 ちりめんじゃこ ひじき 青葱 片栗粉 食パン しらす 青のり マヨネーズ 牛乳	干菓子	牛乳 しらすトースト
30	火	もみじごはん とりつくねの甘辛煮 納豆のマヨサラダ みそ汁 みかん	精白米 にんじん コーン 食塩 薄口しょうゆ 鶏ミンチ 青葱 しょうが 料理酒 濃口しょうゆ 片栗粉 みりん 砂糖 納豆 小松菜 だいこん マヨドレ キャベツ ならみそ 削り節 こんぶ みかん 牛乳 バナナ 上新粉 ベーキングパウダー ココア サラダ油 豆乳 牛乳 ブルーチェ	干菓子	牛乳 ブルーチェ

※食材の都合により、献立を変更することがあります。