

令和6年度 11月分 小学校給食予定献立表(鴻巣市立鴻巣中央小学校) 鴻巣市教育委員会						
日曜	献立名	食品の種類				エネルギー たんぱく質
		エネルギーのもとになる(黄)	体をつくるもとになる(赤)	体の調子を整えるもとになる(緑)	調味料	
1 金	牛乳		牛乳			586
	富山ブラックラーメン	ホット中華めん				
	春巻	ごま油	豚肉	キャベツ もやし にんじん ねぎ しなちく	とんこつ 鶏ガラ 中華だし しょうゆ 黒こしょう	22.5
	わかめサラダ	砂糖 ごま油 ごま	わかめ	サラダこんにゃく きゅうり コーン にんにく	しょうゆ パプリカ粉 チリパウダー 酢	15%
5 火	牛乳		牛乳			586
	ごはん	米				
	あじの深谷ねぎ香り焼き		あじ深谷ねぎ香り漬け			
	切り昆布の煮物	砂糖 ごま油	昆布 鶏肉	にんじん 干しいたけ こんにゃく	酒 しょうゆ 塩	27.6
6 水	牛乳		牛乳			604
	のりピザトースト	食パン 油	まぐろ油漬け のり チーズ	玉ねぎ ピーマン	トマトソース 塩 こしょう ナツメグ オレガノ	
	ポトフ	じゃがいも	豚肉 うずら卵	にんじん 玉ねぎ キャベツ パセリ	コンソメ 塩 こしょう 白ワイン	30.7
	埼玉県産いちごゼリー	いちごゼリー				20%
7 木	牛乳		牛乳			612
	しゃくし菜ごはん	米 油 砂糖 ごま	豚肉	しゃくし菜漬け しょうが	塩 酒 しょうゆ	
	厚焼き卵		厚焼き卵			
	煮ほうとう (深谷市の郷土料理)	ほうとうめん	豚肉 油揚げ	ほうれんそう にんじん ねぎ だいこん 干しいたけ	しょうゆ 酒 みりん 塩 かつおさばだし	26.0
8 金	牛乳		牛乳			683
	小江戸カレーライス	米				
		油 バター 小麦粉 じゃがいも さつまいも	豚肉 スキムミルク	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん ほうれんそう すりおろしりんご 炒め玉ねぎ	カレー粉 スープストック 塩 ケチャップ ウスターソース こしょう	21.7
	フルーツヨーグルト		ヨーグルト	パイン 甘夏みかん 黄桃		13%
11 月	ジョア(マスカット)		ジョア(マスカット)			685
	おむすび(ご家庭より)	米				
	鶏のからあげ(低1こ・高2こ)	油 でんぷん	鶏肉	しょうが	しょうゆ 酒	26.4
	しゅうまい(2こ)		しゅうまい			
	ポイルブロッコリー&ミニトマト(1)		ブロッコリー ミニトマト			15%
12 火	牛乳		牛乳			602
	ココア揚げパン	ココアパン ココア 砂糖 油				
	じゃがいものクリーム煮	油 じゃがいも 小麦粉 バター	鶏肉 あさり チーズ 牛乳 スキムミルク	玉ねぎ にんじん しめじ	コンソメ 塩 こしょう	27.8
	フラワーサラダ		ブロッコリー カリフラワー コーン		各校ドレッシング	18%
13 水	牛乳		牛乳			628
	ごはん	米				
	赤魚の塩こうじ焼き		赤魚の塩こうじ漬け			
	ピリ辛肉じゃが	じゃがいも 油 砂糖	豚肉	にんじん 玉ねぎ ねぎ さやいんげん にんにく しょうが	しょうゆ 酒 コチュジャン かつおさばだし	29.8
15 金	五目汁	でんぷん	厚揚げ	にんじん だいこん ねぎ えのきたけ	かつおさばだし しょうゆ 酒 塩	19%
	振替休業日					
	みかんジュース		みかんジュース			593
	ツイストパン	ツイストパン				
18 月	ホキのこんがり焼き	ノンエッグマヨネーズ パン粉 コーンフレーク	ホキ チーズ		塩 こしょう	21.2
	粉ふき芋	じゃがいも		パセリ	塩 こしょう	14%
	ミネステ麦ブリソット	大麦 オリーブオイル	ベーコン あさり	玉ねぎ にんじん ピーマン セロリ トマト にんにく	スープストック 塩 こしょう	

日曜	献立名	食品の種類				エネルギー たんぱく質
		エネルギーのもとになる(黄)	体をつくるもとになる(赤)	体の調子を整えるもとになる(緑)	調味料	
19 火	牛乳		牛乳			640
	ソイ丼	米				
	卵とコーンの中華スープ	春雨 ごま	鶏肉 卵	にんじん ねぎ コーン チンゲンサイ	中華だし 塩 酒	31.9
	味付き小魚		味付き小魚			20%
20 水	牛乳		牛乳			597
	チキンライスの ホワイトソースかけ	米 油	鶏肉	にんじん 玉ねぎ ピーマン	スープストック 塩 ケチャップ 白ワイン	
	コールスローサラダ	油 砂糖	牛乳 生クリーム	玉ねぎ パセリ	塩 こしょう	22.7
	みかん			みかん		15%
21 木	牛乳		牛乳			636
	ごはん	米				
	みそカツ(愛知県の郷土料理)	油 砂糖	豚ロースカツ みそ		みりん しょうゆ	
	うま塩キャベツ	ごま油 ごま	のり	キャベツ きゅうり にんじん にんにく	塩 昆布茶 黒こしょう	23.1
22 金	牛乳		牛乳			626
	チャンポンめん (長崎県の郷土料理)	ホット中華めん				
	ひじきの中華炒め	ごま油	ひじき 鶏肉	にんじん たけのこ ピーマン しょうが にんにく こんにゃく	中華だし 酒 豆板醤 しょうゆ こしょう	24.8
	季節のアップルパイ	パイ皮 粉糖 りんごジャム		りんご		16%
25 月	牛乳		牛乳			706
	セルフあんぱん	こどもパンスライス 砂糖			あずき 塩	
	チキンナゲット(低1こ・高2こ)		チキンナゲット			26.0
	武蔵野スープ	油 さつまいも 小麦粉	鶏肉 牛乳 スキムミルク	玉ねぎ にんじん パセリ	スープストック 塩 こしょう	15%
26 火	牛乳		牛乳			613
	ごはん	米				
	鮭のもみじ焼き		ノンエッグマヨネーズ	鮭	にんじん しょうゆ	29.8
	れんこんの金平	ごま 油 ごま油 砂糖		れんこん にんじん さやいんげん	しょうゆ 酒	19%
27 水	牛乳		牛乳			615
	焼肉チャーハン	米 砂糖 油 ごま油	豚肉	にんにく しょうが ねぎ にんじん こまつな	オイスターソース しょうゆ 塩 こしょう 中華だし	22.8
	焼きぎょうざ(低1こ・高2こ)		ぎょうざ			
	フォーのスープ	米粉めん ごま油	鶏肉	にんじん 玉ねぎ キャベツ チンゲンサイ	中華だし しょうゆ 塩 こしょう 酒	15%
28 木	牛乳		牛乳			628
	キャロットパン	キャロットパン				
	チリコンカン	油	大豆 豚肉 大豆ミート	玉ねぎ にんじん しめじ にんにく	赤ワイン トマトソース ケチャップ ウスターソース 塩 こしょう オレガノ チリパウダー	31.1
	せん切りおじゃがのサラダ	じゃがいも 油 ごま 砂糖		キャベツ きゅうり 赤パプリカ	酢 こしょう しょうゆ	20%
29 金	牛乳		牛乳			610
	ごはん(こうのとり伝説米)	米				
	さばの照り焼き		さばの照り焼き漬け			
	ねぎめた (深谷市の郷土料理)	ごま 砂糖	かまぼこ みそ	ねぎ	酢 辛子粉	24.2
まゆ玉汁	白玉だんご さといも	なると	にんじん こまつな ねぎ えのきたけ	かつおさばだし しょうゆ 塩	16%	
はしは毎日 忘れずに持ってきましょう		給食回数 18回	学校給食摂取基準 エネルギー 650 kcal たんぱく質 摂取エネルギーの13~20%	11月平均摂取量 625 kcal 26.1g(16.7%)		
* 材料入荷の都合により変更になることがあります。アレルギー食品については表示していませんが、加工食品等で使用されている場合がありますのでご注意ください。 【肉・青果等の産地(令和6年度10月分)】を使用した主な食材の産地をお知らせします。なお、市内小学校で共同購入する食材は市ホームページをご覧ください。 豚肉:埼玉県 鶏肉:岩手県 にんじん:北海道 玉ねぎ:北海道 じゃがいも:北海道 キャベツ:茨城県 なす:埼玉県 チンゲンサイ:埼玉県 こまつな:埼玉県 さつまいも:茨城県 ねぎ:青森県 ほうろ:青森県 えのきたけ:長野県						
11月は 彩の国ふるさと学校給食月間 です。		11月の給食では、地場産物を取り入れ、日本各地の郷土料理が登場します。自然の恵みに感謝し、地域で育まれた食文化を大切にできるよう、次世代を担う子どもたちに伝えていく取り組みをしています。				