

2024年(令和6年)11月分 学校給食献立表(小学校)第1地区

※除去食対応する献立には◇マークを記しています。

※食物アレルギー対応として、ご希望される方には「学校給食用物資配合表」を配布しております。必要な方は各学校までお申し出ください。

日・曜	1日・金	5日・火	6日・水	7日・木	8日・金	11日・月	12日・火	13日・水	14日・木	15日・金	
献立名	ごはん ぎゅうにゅう ◇わかめとたまごのスープ やきにく	くろまめきなこあげパン ぎゅうにゅう ちゅうかスープ わかめアス	ごはん ぎゅうにゅう ◇ここのはとじ かぶのサラダ	コッペパン ぎゅうにゅう ワンタンスープ ポークビーンズ みかん	ごはん ぎゅうにゅう なめこじる かぼちゃのカレーに いりこのつくだに	ごはん ぎゅうにゅう わかめスープ ポークロー ひじきふりかけ	ごはん ぎゅうにゅう わかめスープ ポークロー ひじきふりかけ	コッペパン ぎゅうにゅう はるさめとほくさいのスープ チキンなんばん ◇タタルソース(除去食対応不可)	ごはん ぎゅうにゅう ◇もずくとたまごのスープ いんげんまめのドライカレー	コッペパン ぎゅうにゅう さけとほうれんそうのシチュー わふうサラダ	きのことくろえだまめのごはん ぎゅうにゅう ふのみそじる ◇いりこのそばろに
材料名および使用量(g)	わかめ(塩蔵) 3 卵◆ 30 たまねぎ 30 にんじん 10 ねぎ 2 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 こしょう 0.01 でんぷん 1 けずり節 2 水 120 牛肉 40 酒 0.5 キャベツ 35 綿実油 0.5 たまねぎ 0.5 にんじん 0.5 にんにく 0.2 しょうが 0.3 みそ 1.2 こいくちしょうゆ 2.5 ウスターソース 1 本みりん 1 砂糖 1.2 酒 0.5 ケチャップ 1.2	コッペパン 1個 豚肉 10 鶏肉 5 黒豆きな粉 3 砂糖 2 塩 0.05 豚肉 15 酒 0.5 にんじん 20 たまねぎ 0.3 干しいたけ 0.3 もやし 2 チンゲンサイ 7 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 こしょう 0.01 たまねぎ 0.3 干しいたけ 0.3 けずり節 2 ウスターソース 4 酒 0.5 キャベツ 0.1 綿実油 0.3 こしょう 0.3 けずり節 2 水 110 わかめ(乾燥) 1 ウケ(ポイロ漬) 13 きゅうり 1 綿実油 0.5 酢 2 うすくちしょうゆ 1 砂糖 0.5 塩 0.1	卵◆ 50 うす揚げ 5 かまぼこ 7 にんじん 15 たまねぎ 45 ねぎ 3 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 2 砂糖 2 塩 0.1 本みりん 0.1 でんぷん 2 けずり節 2 水 50 かぶ 40 はくさい 20 鶏肉(親鶏) 10 酒 0.5 綿実油 1 日みそ 2 酢 1 綿実油 4 砂糖 0.3 塩 0.1	ワンタンの皮 7 鶏肉 17 酒 0.5 にんじん 10 たまねぎ 15 干しいたけ 0.3 もやし 10 うす揚げ 2 水 4 塩 2 かぼちゃ 40 豚肉 16 酒 0.1 水 120 豚肉 30 カレー粉 0.5 だし汁 20 鶏肉 2 本みりん 1 にんにく 1 綿実油 0.5 いりこ(揚げ物用) 3 みそ 2.5 トマトピューレ 4 ウスターソース 1 砂糖 0.5	なめこ 10 豆腐 35 にんじん 10 だいこん 20 たまねぎ 5 えのきたけ 3 干しいたけ 11 うす揚げ 3 水 110 かぼちゃ 40 豚肉 16 酒 0.1 水 120 豚肉 30 カレー粉 0.5 だし汁 20 鶏肉 2 本みりん 1 にんにく 1 綿実油 0.5 いりこ(揚げ物用) 3 みそ 2.5 トマトピューレ 4 ウスターソース 1 砂糖 0.5	鶏肉 13 酒 0 わかめ(塩蔵) 3.5 はくさい 25 にんじん 10 たまねぎ 20 えのきたけ 8 干しいたけ 2 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 こしょう 0.01 けずり節 2 水 120 豚肉 30 鶏肉 50 酒 1 でんぷん 10 コーン油 5 にんにく 0.1 酢 3 砂糖 3 たまねぎ 10 塩 0.1 マヨネーズ◆ 15 酢 1 砂糖 0.1	はるさめ 7 豚肉 17 酒 0.5 はくさい 25 にんじん 10 たまねぎ 3 えのきたけ 10 干しいたけ 0.3 ねぎ 2 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 こしょう 0.01 けずり節 2 水 100 豚肉 30 調理ワイン 1 たまねぎ 20 いんげんまめ(乾燥) 7 ピーマン 5 綿実油 0.8 キャベツ 0.3 カレー粉 0.1 トマトピューレ 0.4 ウスターソース 7 とんかつソース 1 マヨネーズ◆ 15 酢 0.5	卵◆ 30 もずく 10 にんじん 10 たまねぎ 25 にんじん 3 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 でんぷん 0.5 けずり節 2 水 30 さけ 20 調理ワイン 1 ほうれんそう 10 じゃがいも 40 うす揚げ 40 にんじん 10 まいたけ 5 綿実油 0.5 バター 3 綿実油 2 牛乳 2 生クリーム 40 塩 0.5 こしょう 0.03 チキンブイヨン 5 水 60 キャベツ 30 きゅうり 15 かつお節 1 砂糖 0.8 こいくちしょうゆ 1 酢 2 高野豆腐 8 豚肉ミンチ(もも) 10 酒 0.5 しょうが 0.5 みつば 2 綿実油 1 砂糖 1 うすくちしょうゆ 0.3 本みりん 0.5 でんぷん 0.8 だし汁 30			
エネルギー(蛋白質)	558kcal/20.7g	559kcal/19.0g	554kcal/19.8g	537kcal/23.6g	548kcal/20.1g	500kcal/19.2g	632kcal/24.6g	547kcal/19.8g	535kcal/20.0g	502kcal/20.0g	

物資配合表
令和6年度
(2024年度)
11月改訂版発布
のお知らせ

下記物資を物資
配合表に追加およ
び内容変更しまし
たのでおしらせい
たします。

物資配合表の最
新版は、塚塚市の
ホームページから
ダウンロードもし
くは、学校までお
申し出ください。



規格変更

マヨネーズ

【原材料】
食用植物油脂、卵
黄、醸造酢、食塩、
砂糖類(粉末水あ
め、砂糖)、香辛料、
調味料(アミノ酸)、
香辛料抽出物、清
水

※特定アレルギー:
大豆、卵、小麦

新規食材

ナン

【原材料】
小麦粉、イースト、
小麦たん白、砂糖、
食塩、ショートニン
グ、食用なたね油、
仕込み水

※特定アレルギー:
小麦

黒豆きな粉

【原材料】
黒大豆

※特定アレルギー:
大豆

日・曜	18日・月	19日・火	20日・水	21日・木	22日・金	25日・月	26日・火	27日・水	28日・木	29日・金
献立名	ごはん ぎゅうにゅう マーボー豆腐 だいこんサラダ	コッペパン ぎゅうにゅう ◇ちゅうかふうたまごスープ ブロッコリーのいためもの	ナン ぎゅうにゅう チキンカレー フレンチサラダ	こがたパン ぎゅうにゅう ◇もくろどん ししゃものからあげ	ごはん ぎゅうにゅう あじつけのり さつまいものみそしる さばのにつけ	ごはん ぎゅうにゅう ばちじる きりばだいこんのもの でんぷん	コッペパン ぎゅうにゅう ふゆやさいのスープ くらにくとさつまいものあまからに	ごはん ぎゅうにゅう きゅうにゅう ぼたんじる ひじきとだいずのもの	こがたパン ぎゅうにゅう やきぎさみのり ◇トック チャブチェ	ごはん ぎゅうにゅう たらが みずなどだいこんのサラダ
材料名および使用量(g)	豚肉ミンチ 25 酒 0.5 豆腐 120 にんじん 10 たまねぎ 40 干しいたけ 0.3 しょうが 0.5 綿実油 1 こいくちしょうゆ 2 砂糖 1 塩 1 本みりん 1 トウモロコシ 0.2 ごま油 0.1 でんぷん 1 水 10 だいこん 50 わかめ(乾燥) 0.5 かつお節 0.7 うすくちしょうゆ 1 砂糖 0.5 酢 2 綿実油 1	卵◆ 30 鶏肉 21 酒 0.5 にんじん 10 たまねぎ 20 きくらげ 0.3 ホールコーン 15 ねぎ 2 うすくちしょうゆ 2 こいくちしょうゆ 0.2 綿実油 0.5 塩 0.1 こしょう 0.01 ごま油 0.7 でんぷん 5 チキンブイヨン 2 けずり節 2 水 100 豚肉 23 酒 0.5 ブロッコリー 35 にんじん 10 にんにく 0.1 綿実油 0.5 うすくちしょうゆ 2 塩 0.1 こしょう 0.01	ナン 1個 鶏肉 30 調理ワイン 1 たまねぎ 20 かまぼこ 7 わかめ(塩蔵) 2 じゃがいも 15 しょうが 0.5 にんにく 0.2 綿実油 0.5 本みりん 0.5 カレー粉 0.8 小麦粉 7 バター 2 綿実油 5 チキンブイヨン 5 ウスターソース 4.5 ケチャップ 1.5 こいくちしょうゆ 0.4 砂糖 0.2 塩 0.1	うどん(冷凍) 75 うす揚げ 4 にんじん 10 たまねぎ 20 わかめ(塩蔵) 2 うす揚げ 2 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 1 本みりん 0.5 水 120 塩 0.1 さば 1 しょうが 0.5 砂糖 3 こいくちしょうゆ 3 本みりん 3 酒 3 水 15	味噌付けのり 1袋 さつまいも(西谷産) 40 だいこん 10 にんじん 20 たまねぎ 4 じゃがいも 2 みそ 11 いりこ 3 水 120 さば 1 しょうが 0.5 砂糖 3 こいくちしょうゆ 3 本みりん 3 酒 3 水 15	そうめんばち 7 かまぼこ 4 うす揚げ 5 だいこん 10 にんじん 15 たまねぎ 15 えのきたけ 30 干しいたけ 0.3 ねぎ 2 うすくちしょうゆ 2 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 こしょう 0.01 けずり節 2 水 120 切り干し大根 5 鶏肉 15 酒 0.5 にんじん 10 うす揚げ 4 綿実油 1 砂糖 2 さつまいも 2.5 ごま油 0.2 本みりん 0.5 だし汁 15 けずり粉 3.5 あおのり 0.1 砂糖 0.5 こいくちしょうゆ 1 本みりん 0.5 だし汁 2	豚肉 10 酒 0.5 豆腐 15 まいたけ 10 にんじん 20 えのきたけ 7 にんじん 5 うすくちしょうゆ 4 みそ 0.2 塩 0.1 こしょう 0.01 けずり節 2 水 110 鶏肉 15 酒 0.5 豆腐 7 ひじき(乾燥) 1.5 竹輪(煮込み用) 5 にんじん 10 しょうが 1 綿実油 0.5 砂糖 2 さつまいも 3 ごま油 4 本みりん 10 だし汁 10	猪肉 10 酒 1 豆腐 15 まいたけ 6 酒 6 にんじん 10 だいこん 20 みずな 6 いりこ 2 水 100 鶏肉 15 酒 0.5 豆腐 7 ひじき(乾燥) 1.5 竹輪(煮込み用) 5 にんじん 10 しょうが 1 綿実油 0.5 砂糖 2 ごま油 3 本みりん 10 だし汁 10	焼きぎさみのり 0.5 トック 40 鶏肉 10 酒 0.5 卵◆ 15 にんじん 10 たまねぎ 20 干しいたけ 0.3 みつば 3 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 ごま油 1.5 けずり節 0.2 水 60 みずな 15 だいこん 35 かつお節 0.7 綿実油 1 にんにく 0.2 たまねぎ 10 にんじん 10 ごぼう 6 にら 5 はるさめ 4 綿実油 0.5 砂糖 2 塩 1 ごま油 0.1 ごま 0.5 こま 1.5	
エネルギー(蛋白質)	593kcal/22.7g	500kcal/24.4g	532kcal/21.5g	531kcal/21.9g	577kcal/20.3g	533kcal/19.0g	537kcal/21.2g	520kcal/20.4g	528kcal/19.8g	503kcal/19.4g

○…あかいろのしくひん(おもにからだをつくるもとになるしくひん) □…さいいろのしくひん(おもにエネルギーのもとになるしくひん) △…みどりいろのしくひん(おもにからだのちようをのととのえるもとになるしくひん) ※上記材料は、天候等ににより急ぎ変更する場合があります。 平均栄養摂取量 エネルギー 541kcal たんぱく 20.9g