

11月給食献立表



高池小学校

令和7年度

日	曜日	飲み物	主食	献立名	主な材料		
					血や肉になる	はたらから働く力になる	からだをよしとする
1	土			ささみのレモン煮 プロッコリー ポテトサラダ	ささみ ハム	かたくりこ あぶら マヨネーズ じゃがいも マヨネーズ	プロッコリー にんじん きゅうり
3	月					文化の日	
4	火					11/1 (土) の振替休日	
5	水			とうふのまさご揚げ グリーンサラダ	とうふ	とりひきにく あぶら マヨネーズ ごま	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり アスパラガス
6	木			ちらし寿司 ほうれん草 とにんじんのごまみそ和え 茶碗蒸し	とりにく こうやどうふ たまご とりにく たまご かまぼこ	こんにゃく ごま	たけのこ にんじん ごぼう グリンピース ほししいたけ ほうれんそう にんじん もやし しいたけ ほうれんそう
7	金			しろみざかな 白身魚のあんかけ 豚汁 シャインマスカット	しろみざかな ぶたにく とうふ	かたくりこ あぶら こんにゃく	たまねぎ にんじん ピーマン ほししいたけ にんじん だいこん はくさい ねぎ シャインマスカット
10	月			麻婆豆腐 きゅうりの酢の物	とうふ ぶたミンチ わかめ ちくわ		にんじん たまねぎ しろねぎ しょうが にんにく きゅうり
11	火			くじらの竜田揚げ (和歌山県提供) キャベツのゆかり和え コンソメスープ	くじら	かたくりこ あぶら	しょうが キャベツ ゆかり たまねぎ にんじん しめじ
12	水			カレーピラフ コールスローサラダ プリン	とりにく	マヨネーズ プリン	たまねぎ にんじん コーン グリンピース キャベツ きゅうり にんじん プロッコリー
13	木			タンドリーチキン フライドポテト けんちん汁	とりにく ヨーグルト とりにく とうふ	じゃがいも あぶら こんにゃく	だいこん にんじん ねぎ ごぼう
14	金			ミートスパゲティ フレンチサラダ オニオンスープ	しかひきにく	スパゲティ	にんじん たまねぎ しめじ キャベツ にんじん きゅうり たまねぎ にんじん ねぎ
17	月			鮭のちゃんちゃん焼き キャベツのごま酢和え	さけ カニカマ	ごま	えのき たまねぎ にんじん キャベツ もやし
18	火			蒸し鶏のごまみそ ほうれん草のぱりぱり和え	とりももにく	ごま さつまいも	えのき にんじん ねぎ ほうれんそう にんじん
19	水			シュガーあげパン ミネストローネ 和風サラダ	ベーコン	パン あぶら じゃがいも	にんじん キャベツ たまねぎ トマトジュース キャベツ にんじん きゅうり プロッコリー
20	木			ゆかりごはん 小田巻とじ煮 高野豆腐のサラダ	とりにく かまぼこ たまご こうやどうふ	うどん ごま	ゆかり にんじん たまねぎ いんげん にんじん キャベツ コーン
21	金			イカの天ぷら プロッコリー 筑前煮	イカ	こむぎこ あぶら マヨネーズ こんにゃく	プロッコリー にんじん れんこん ごぼう ほししいたけ たけのこ
24	月					振替休日	
25	火			すぶた酢豚 春雨サラダ かき 柿	ぶたにく ハム たまご	あぶら はるさめ	にんじん たまねぎ たけのこ ピーマン ほししいたけ しょうが にんじん きゅうり かき
26	水			ピーンズボール ミニトマト ちんげん菜と平天の煮びたし	だいす とりひきにく ぶたひきにく ひらてん	かたくりこ あぶら	にんじん たまねぎ ミニトマト ちんげんさい にんじん
27	木			ミートローフ こふきいも 卵の花	ぎゅうひきにく ぶたひきにく おから とうふ あぶらあげ ツナ	パンこ じゃがいも こんにゃく	たまねぎ にんじん コーン グリンピース にんじん ほししいたけ
28	金			さつまいもごはん あじフライ ポイルキャベツ みそ汁	あじ たまご あぶらあげ わかめ	さつまいも こむぎこ パンこ あぶら マヨネーズ	たまねぎ キャベツ ねぎ にんじん たまねぎ

※材料の都合により献立を変更する場合があります。