

令和6年

A コース	加古川小	野口小	尾上小	八幡小	東神吉小	西神吉小	川西小	浜の宮小	鳩里小	野口北小	東神吉南小	若宮小	志方小	志方東小	志方西小	両荘みらい学園（前期課程）
-------	------	-----	-----	-----	------	------	-----	------	-----	------	-------	-----	-----	------	------	---------------

11 月予定献立表

実施回数	20回	平均エネルギー	612kcal
		平均たんぱくしつ	21.7g

加古川市教育委員会
学 務 課

日	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	□わかめごはん ○ぎゅうにゅう なっとういりかきあげ だいこんのみそしる	てりやきチキンどん □(ごはん小) ○ぎゅうにゅう ★れんこんぶたにくのマヨいため はるさめじる ★おさかなスナック	□ごはん ○ぎゅうにゅう さわらのこうみソース テンジャンチゲ あじつけのり	□パン ○ぎゅうにゅう コロッケ かいそうサラダ レタススープ	いはいの日メニュー □むぎごはん(小) ○ぎゅうにゅう ★ちくぜんに はくさいとベーコンのむしに ★じゃこつくだに	□こくとうパン ○ぎゅうにゅう さかなのチリソース やさいスープ	そばろごはん □(ごはん小) ○ぎゅうにゅう だいずのコロコロに ぶたじる	□ごはん(小) ○ぎゅうにゅう カレーに ビーフ入りやさいいため のりつくだに	□アップルパン ○ぎゅうにゅう ふゆさいのクリームシチュー コーンサラダ	七五三メニュー ちらしずし □(すめし小) ○ぎゅうにゅう ★わかさぎのからあげ かきたまじる ももゼリー
副食材料	(○わかめごはんのもと □きょうかまい ○なっとう しょうゆ ○いか ○ちくわ □さつまいも △ごぼう △にんじん □こむぎこ カレーこ しお □あげあぶら (○とうふ ○あぶらあげ △たまねぎ △にんじん △だいこん △しめじ △ねぎ ○みそ にぼしだし	(○あじつけチキン 1こ □さとう しょうゆ みりん □でんぶん □あげあぶら △にんじん △にかい △にんじん △しょうねぎ □ごま す □さとう しょうゆ しお ○ぶたにく ○とうふ △たまねぎ △にんじん △もやし △はくさいキムチ ○みそ みりん さけ □ごまあぶら にぼしだし ○おさかなスナック 1ふくろ	(○さわら 1きれ しお □しょうゆ □でんぶん □あげあぶら △にんじん △にかい △にんじん △しょうねぎ □ごま す □さとう しょうゆ しお ○ぶたにく ○とうふ △たまねぎ △にんじん △もやし △はくさいキムチ ○みそ みりん さけ □ごまあぶら にぼしだし ○あじつけのり 1ふくろ	(□コロッケ 1こ □あげあぶら △にんじん △キャベツ ○かいそうミックス たまねぎドレッシング ○ベーコン △たまねぎ △にんじん △レタス □りよくとうはるさめ チキンブイオン ポークブイオン しお こしょう しょうゆ	(□おおむぎ □きょうかまい ○とりにく ○ちくわ △しょうが △こんにやく □じゃがいも △にんじん △ごぼう △しょうゆ △にんじん △れんこん △さやいんげん □さとう さけ みりん □あぶら にぼしだし ○ベーコン △はくさい △ポークブイオン しお しょうゆ (○ちりめんじゃこ □ごま □さとう しょうゆ みりん	(○くろごとう ○ホキ しお・こしょう □でんぶん □あげあぶら △しょうが △にんじん △トマト(みずに) ケチャップ □さとう しょうゆ さけ チリパウダー □あぶら ○ポークウインナー □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △キャベツ △パセリ ポークブイオン チキンブイオン しお こしょう しょうゆ □あぶら	(○まぐろ(あぶらづけ) △しょうが ○あおさ △ごま □さとう しょうゆ さけ (○だいず(みずに) ○ちくわ こんにやく △にんじん △ほししいたけ △さやいんげん □さとう しょうゆ にぼしだし △ぶたにく △しょうが △たまねぎ △にんじん △キャベツ △チンゲンサイ ポークブイオン しお・こしょう しょうゆ さけ △もやし ○みそ にぼしだし	(○とりつくね ○ベーコン □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △さやいんげん □さとう しょうゆ みりん カレーこ にぼしだし □ビーフン ○ぶたにく △しょうが △たまねぎ △にんじん △キャベツ △チンゲンサイ ポークブイオン しお・こしょう しょうゆ さけ □ごまあぶら □あぶら ○のりつくだに 1ふくろ	(△ドライアップル ○とりにく ○ベーコン □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △だいこん △はくさい △ブロックリー ポークブイオン □ベシャメルソース ○ぎゅうにゅう しお こしょう しろワイン □あぶら △にんじん △キャベツ △とうもろこし △えのきたけ △ねぎ しお しょうゆ □でんぶん にぼしだし □ももゼリー 1こ	
日	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	□パン ○ぎゅうにゅう やきそば あげぎょうざ フルーツカクテル	□なめし(大) ○ぎゅうにゅう ひめじおでん やさいのあまずに	□ごはん ○ぎゅうにゅう まーぼーあつあげ ワンタンスープ りんご	□パン ○ぎゅうにゅう ちくわのてんぷら だいがくいも げんまいスープ チーズ	わしよくの日メニュー □ごはん(小) ○ぎゅうにゅう いわしのしょうがに ★きんぴらだいず わかめのみそしる	□パン ○ぎゅうにゅう さかなフライ ポイルやさい オニオンスープ	□ごはん ○ぎゅうにゅう こうやどうふのふくめに ごまあえ ひじきつくだに	□ごはん(小) ○ぎゅうにゅう はっぽうさい はるまき みかん	□パン ○ぎゅうにゅう ビーンズシチュー ツナサラダ ココア	□ごはん ○ぎゅうにゅう くじらのかわりみそあえ わかめスープ ふりかけ(かつお)
副食材料	(□やきそばめん ○ぶたにく ○いか ○ちくわ △たまねぎ △にんじん △キャベツ △もやし △ねぎ ○けずりぶしこ しお こしょう ソース □あぶら ぎょうざ 2こ □あげあぶら (△おうとう(かんづめ) □カクテルゼリー	(△なめしのもと □きょうかまい ○うずらたまご ○ちくわ ○あつあげ こんにやく □じゃがいも △だいこん □さとう しょうゆ みりん にぼしだし △しょうが しょうゆ にぼしだし ○やきぶた △にんじん △キャベツ △もやし □ごま す □さとう しょうゆ □ごまあぶら △ワンタン ○やきぶた △たまねぎ △にんじん △はくさい △もやし △ねぎ △しょうが ポークブイオン しお・こしょう しょうゆ・さけ □ごまあぶら にぼしだし △りんご 1きれ	(○ぶたひきにく ○あつあげ □りよくとうはるさめ △たまねぎ △にんじん △ほししいたけ △しょうが △ねぎ ○みそ しょうゆ・さけ □さとう トウバンジャン ポークブイオン □ごまあぶら △ワンタン ○やきぶた △たまねぎ △にんじん △はくさい △もやし △ねぎ △しょうが ポークブイオン しお・こしょう しょうゆ・さけ □ごまあぶら にぼしだし △りんご 1きれ	(○ちくわ 1/2 ぼん □こむぎこ □あげあぶら □さつまいも □あげあぶら □さとう しょうゆ す □ごま □でんぶん ○ベーコン △たまねぎ △にんじん △はくさい △しめじ △パセリ げんまい ポークブイオン チキンブイオン しお こしょう ○チーズ 2こ	(○いわし 1きれ △しょうが □さとう しょうゆ さけ (○ぶたにく(みずに) こんにやく △にんじん △ごま □さとう しょうゆ みりん □ごまあぶら □あぶら ○とうふ ○あぶらあげ □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △えのきたけ △わかめ ○みそ にぼしだし	(○ホキフライ 1こ □あげあぶら △にんじん △キャベツ ソース ○ベーコン △たまねぎ △にんじん △とうもろこし △エリンギ △パセリ ポークブイオン チキンブイオン しお こしょう しょうゆ □あぶら	(○とりにく ○こうやどうふ □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △ほししいたけ △さやいんげん □さとう しょうゆ さけ みりん にぼしだし ○やきぶた △にんじん △キャベツ △もやし □ごま □さとう しょうゆ さけ □ごまあぶら ○ひじきつくだに	(○ぶたにく ○いか ○うずらたまご □じゃがいも △しょうが △たまねぎ △にんじん △たまねぎ △にんじん △トマト(みずに) △パセリ ポークブイオン □ビーフシチューのもと ケチャップ デミグラスソース しお こしょう しょうゆ さけ □でんぶん □ごまあぶら □あぶら はるまき 1こ □あげあぶら 1こ △みかん 1こ	(○ぶたにく ○だいず(みずに) □じゃがいも △たまねぎ △にんじん △トマト(みずに) △パセリ ポークブイオン □ビーフシチューのもと ケチャップ デミグラスソース しお こしょう □あぶら (○まぐろ(あぶらづけ) さけ △にんじん △キャベツ △とうもろこし △あいそドレッシング □ココア 1ふくろ	(○くじら さけ △しょうが しょうゆ □でんぶん □じゃがいも □あげあぶら △たまねぎ △さやいんげん △トマトピューレ ケチャップ ○みそ □さとう □あぶら ○やきぶた ○とうふ △たまねぎ △にんじん △えのきたけ ○わかめ △チンゲンサイ △しょうが □ごま ポークブイオン しお・こしょう しょうゆ・さけ □ごまあぶら にぼしだし ふりかけ(かつお) 1ふくろ

○印…血・肉・骨になり、からだをつくるもの（赤色） □印…熱や力のもとになるもの（黄色） △印…からだの調子をととのえるもの（みどり色） ★印…かみかみメニュー

◎物資等の都合により変更する場合があります。 ◎アップルパンや麦ごはんなどの主食への混ぜ込み材料は、副食材料欄に記載しています。

次回給食費引落日：12月2日（月）[10月分]★口座への入金をお願いします★