

日	11月 4日 (火)		11月 5日 (水)		11月 6日 (木)		11月 7日 (金)		11月10日 (月)		11月11日 (火)	
献立名	かてめし(麦御飯) 牛乳(Ⓢ250ml) とんかつ 枝豆サラダ		味噌ラーメン 牛乳 春巻き 白菜と水菜のサラダ		カレーライス(麦御飯) 牛乳(Ⓢ250ml) 海そうサラダ 柿		御飯 抹茶ふりかけ 牛乳(Ⓢ250ml) 鶏肉のさっぱりすだちソースかけ 鰹物汁 変わり浸し		吹き寄せおこわ 牛乳(Ⓢ250ml) 大豆とごぼうのメンチカツ ツナフレンチ 味付け小いわし		御飯 牛乳 ハンバーグ 豚汁 マカロニサラダ	
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	麦御飯	83	中華麺	231	麦御飯	105	御飯	92	アルファ化米	47	御飯	92
	油揚げ	6	もやし	20	じゃが芋	45			もち米アルファ化米	18		
	高野豆腐(拍子切り)	3.5	長ねぎ	15	玉ねぎ	45	昆布と抹茶のふりかけ2.5g	2.5	古代米	3	牛乳(200ml)	206
	人参	15	人参	7	人参	20			(冷蔵)むき栗	12		
	(冷凍)さやいんげん	8	豚肩挽肉	5	豚もも肉	20	牛乳(250ml)	257	人参	7	ハンバーグ60g	60
	ごぼう	12	豚もも挽肉	5	豚肩肉	20			(冷凍)グリーンピース	4	米油	1
	糸昆布	0.5	ホールコーン	15	(冷凍)グリーンピース	3	鶏もも切身(酒漬)70g	70	鶏胸肉	12	トマトケチャップ	7
	かんぴょう	3	根生姜	0.7	にんにく	0.3	米油	0.5	清酒	1.2	ウスターソース	3
	干椎茸スライス	1.2	にんにく	0.3	米油	1	すだち果汁	1.2	塩	0.8	水	4
	上白糖	3	上白糖	0.8	カレールウ	18	濃口醤油	3	うすくち醤油	2.7		
	濃口醤油	6	濃口醤油	4.3	粉チーズ	4	上白糖	1.2	水	102	木綿豆腐	30
	清酒	1	中華用スープストック	0.8	プロセスチーズ(ダイス状)	4	清酒	1.5			じゃが芋	25
	水	20	白こしょう	0.05	トマトケチャップ	2	本みりん	1.5	牛乳(250ml)	257	大根	15
			赤味噌	16	ウスターソース	2	水	4			人参	15
	牛乳(250ml)	257	白すりごま	1.2	ガラムマサラ	0.15	馬鈴薯澱粉	0.1	大豆とごぼうのメンチカツ60g	60	豚肩肉	10
			ごま油	0.5					米油	7	豚もも肉	10
	とんかつ50g	50	鶏がら	5	牛乳(250ml)	257	木綿豆腐	35			ごぼう	7
	米油	6					玉ねぎ	20	キャベツ	35	油揚げ	7
	中濃ソース(ボトル)	5	牛乳(200ml)	206	キャベツ	30	大根	20	ライトツナフレーク	18	板こんにゃく	5
					きゅうり	12	人参	15	きゅうり	12	長ねぎ	5
	キャベツ	40	春巻50g	50	人参	7	板こんにゃく	12	人参	10	根生姜	1
	人参	7	米油	6	乾燥カットわかめ	0.8	ごま油	0.4	米酢	3.5	米油	0.5
	(冷凍)枝豆(むき実)	10			糸寒天	6	白味噌	14	米サラダ油	3	白味噌	13
	ホールコーン	15	白菜	35	中華ドレッシング(ボトル)	7.5	煮干しパック	3	塩	0.35		
	塩	0.15	水菜	25			ごま油	0.4	白こしょう	0.04	フジリマカロニ	7
	白こしょう	0.03	ライトツナフレーク	10	柿40g	40					米サラダ油	0.15
	マヨネーズ(チューブ)	7.5	米酢	3.5			キャベツ	35	味付け小いわし(ごまなし)5g	5	きゅうり	10
			濃口醤油	2.5			もやし	25			キャベツ	15
			上白糖	0.25			焼豚	6			人参	12
			塩	0.06			ホールコーン	6			ホールコーン	7
			米サラダ油	3.5			濃口醤油	3			米サラダ油	2.4
							米サラダ油	2.5			濃口醤油	3
							パックかつお削り節	0.5			塩	0.12
											白こしょう	0.01

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目[卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ]を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。
 ※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。

Cブロック(中学校)

令和 7 年度 11 月分 献立

日	11月12日 (水)		11月13日 (木)		11月17日 (月)		11月18日 (火)		11月19日 (水)		11月20日 (木)	
献立名	わかめ御飯 牛乳(Ⓢ250ml) いわしの梅煮 呉汁 千草和え		御飯 牛乳 チキン南蛮(パックタルタルソース) 豆腐団子と春雨のスープ 醤油フレンチ りんごゼリー		★ねぎ塩豚丼(御飯) 牛乳(Ⓢ250ml) 焼き芋 切干大根のサラダ		御飯 牛乳 太刀魚フライ つみっこ汁 ごま和え		御飯 牛乳(Ⓢ250ml) 納豆 越谷育ちの野菜たっぷりすき焼き煮 酢の物		コッペパン(スライス) 牛乳(Ⓢ250ml) ボイルウインナー(2) チキンビーンズ コールスロー	
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	わかめ御飯	92	御飯	92	御飯	113	御飯	92	御飯	92	コッペパンスライス80g	114
	牛乳(250ml)	257	牛乳(200ml)	206	★豚もも肉(酒漬)	35	牛乳(200ml)	206	牛乳(250ml)	257	牛乳(250ml)	257
	いわしの梅煮50g	50	鶏もも切身(酒生姜漬)濃粉付60g(中学校)	60	★豚肩肉(酒漬)	35	太刀魚フライ50g	50	納豆(たれ付)40g(中学校)	40	粗挽ウインナー25g	50
	大豆	9	米油	7	長ねぎ	25	米油	6	焼き豆腐	45	玉ねぎ	35
	大根	20	玉ねぎ	8	キャベツ	25	中濃ソース(ボトル)	5		35	大豆	25
	板こんにゃく	14	根生姜	0.2	人参	7	(冷凍)すいとん	30		25	人参	10
	ごぼう	12	上白糖	2	もやし	25	鶏もも肉皮なし	20		15	鶏もも肉角切り	25
	長ねぎ	12	米酢	2.5	小松菜	12	じゃが芋	18		5	トマト(カット)	10
	人参	12	濃口醤油	3	にんにく	0.3	人参	15		25	マッシュルームスライス	7
	油揚げ	7	七味唐辛子(中学校)	0.03	塩	1	大根	20		20	米油	1.2
	白味噌	13	水	8	本みりん	1.2	長ねぎ	8	きゅうり	12	濃口醤油	9.5
	煮干しパック	2.5	パックタルタルソース(卵抜き)8g	8	レモン果汁	2.5	ぶなしめじ	8		6	上白糖	0.6
	キャベツ	30	人参	12	馬鈴薯澱粉	0.8	ごぼう	10		0.6	塩	0.5
	ほうれん草	25	チンゲンサイ	15	牛乳(250ml)	257	濃口醤油	8		1.2	白こしょう	0.05
	ホールコーン	10	豆腐ミートボール	35	★焼芋70g	70	塩	0.2		1.2	水	35
	人参	7	春雨	6	切干大根	7	煮干しパック	3	乾燥カットわかめ	0.6	キャベツ	55
	米サラダ油	2.5	濃口醤油	2.5	きゅうり	12	かつお削り節パック(だし用)	0.6		0.6	人参	10
	濃口醤油	3	清酒	1.2	人参	10	ほうれん草	25		0.6	米サラダ油	2.5
			塩	0.8	米サラダ油	3	生竹輪	12		3.6	上白糖	1
			中華用スープストック	0.8	濃口醤油	4.4	人参	10		3.6	塩	0.25
			鶏がら	6			白ねりごま	3.5	塩	1.5	りんご酢	2.5
			キャベツ	50			濃口醤油	3.8		0.12		
			きゅうり	12			上白糖	1.8				
			人参	7								
			米サラダ油	3								
			濃口醤油	3								
			りんごゼリー40g	40								

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目[卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ]を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。

※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。

日	11月21日 (金)		11月25日 (火)		11月26日 (水)		11月27日 (木)		11月28日 (金)			
献立名	★御飯 牛乳 豚肉の生姜焼き 味噌汁 即席漬け		御飯 牛乳(㊤250ml) じゃが芋入りオーロラソース和え 高野煮 ごま付き小いわしのかみかみ和え		カレーうどん 牛乳 かぼちゃコロッケ 和風フレンチ		バターロール 牛乳 ペンのクリーム煮 コーンサラダ みかん		★御飯 牛乳 さばの塩焼き 肉じゃが 春雨サラダ			
材料名及び分量 (一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	御飯	92	御飯	92	地粉うどん	252	バターロール80g	122	御飯	92		
	牛乳(200ml)	206	牛乳(250ml)	257	玉ねぎ	30	牛乳(200ml)	206	牛乳(200ml)	206		
	★豚ロース切身(酒漬)60g	60	豚レバー(生姜醤油にんにく漬)澱粉付	30	人参	15	玉ねぎ	35	★さばの文化干し60g	60		
	米油	1	(冷蔵)じゃが芋	30	豚肩肉	12	じゃが芋	35	米油	1		
	根生姜	0.7	米油	9	煮干しパック	4	人参	12				
	濃口醤油	3	トマトケチャップ	8	濃口醤油	17	ペンネ	12	じゃが芋	50		
	本みりん	1.5	ウスターソース	5	上白糖	1.2	鶏もも肉	15	玉ねぎ	40		
	水	5	上白糖	2	カレー粉	0.45	鶏胸肉	15	突こんにゃく	25		
			水	2	馬鈴薯澱粉	4	(冷凍)グリーンピース	4	(冷凍)さやいんげん	15		
	じゃが芋	25			牛乳(200ml)	206	米油	1.2	人参	20		
	玉ねぎ	10	大根	35			ホワイトルウ	8	豚もも肉	12		
	油揚げ	8	ごぼう	8	かぼちゃコロッケ70g	70	脱脂粉乳	6	豚肩肉	12		
	木綿豆腐	25	人参	15	米油	8	粉チーズ	2.4	濃口醤油	7.5		
	乾燥カットわかめ	0.6	板こんにゃく	15			塩	0.24	上白糖	3.2		
	白味噌	14	鶏胸肉	6	ひじき	0.6	白こしょう	0.05	水	30		
	かつお削り節パック(だし用)	1.2	鶏もも肉	6	キャベツ	45	キャベツ	35	キャベツ	35		
	煮干しパック	2.5	高野豆腐	5.5	きゅうり	10	きゅうり	12	きゅうり	10		
			(冷凍)さやいんげん	4	人参	8	人参	6	人参	7		
	キャベツ	55	濃口醤油	7.5	米サラダ油	3	ホールコーン	12	春雨	4		
	きゅうり	12	上白糖	2.5	濃口醤油	3.5	フレンチドレッシング(ボトル)	7.5	米サラダ油	3		
	濃口醤油	1.5	本みりん	1.2					米酢	3		
	塩	0.3	水	20					濃口醤油	2.5		
									塩	0.15		
									上白糖	0.3		
			ほうれん草	20								
			キャベツ	30								
			ホールコーン	10								
			ごま付き味噌小いわし	3								
			濃口醤油	2.5								
			米サラダ油	2								
			上白糖	1								

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目[卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ]を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。
 ※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。