

令和 8 年度 11 月分 献立

材料名及び分量（一人分のグラム数）

※★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・麺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11日 (水)	11月12日 (木)	11月13日 (金)	11月16日 (月)	11月17日 (火)	11月18日 (水)
献立名	御飯 魚ふりかけ 牛乳(㊥250ml) ハンバーグ 野菜スープ 春雨サラダ	ソイ丼(麦御飯) 牛乳(㊥250ml) 和風フレンチ みかん	わかめ御飯 牛乳 メンチカツ 味噌汁 ツナサラダ	★肉丼(御飯) 牛乳(㊥250ml) 焼き芋 即席漬け	御飯 牛乳(㊥250ml) レバーと高野豆腐の揚げ和え 呉汁 千草和え	味噌ラーメン 牛乳 揚げ餃子(3) わかめ和え
材料名及び分量 (一人分のグラム数)		(g)	(g)		(g)	(g)
	御飯	92	麦御飯	わかめ御飯	御飯	中華麺100g
	魚ふりかけ2.8g	2.8	大豆	牛乳(200ml)	★豚もも肉(酒漬)	もやし
	牛乳(250ml)	257	豚もも挽肉	メンチカツ60g	★豚肩肉(酒漬)	長ねぎ
	ハンバーグ80g	80	豚肩挽肉	米油	玉ねぎ	人参
	米油	1	シオルダーベーコン	中濃ソース(ボトル)	白滝	豚肩挽肉
	トマトケチャップ	7	小松菜	鶏胸肉	人参	高野豆腐
	ウスターソース	3	人參	(冷蔵)さつま芋	ほうれん草	馬鈴薯澱粉
	水	4	米油	(冷凍)豆腐	根生姜	米油
	じゃが芋	40	水	長ねぎ	本みりん	濃口醤油
	人参	12	濃口醤油	油揚げ	上白糖	上白糖
	ほうれん草	12	上白糖	白味噌	濃口醤油	にんにく
	玉ねぎ	25	本みりん	かつお削り節パック(だし用)	水	濃口醤油
	鶏胸肉皮なし	7	カレールウ	昆布パック	牛乳(250ml)	中華用スープストック
	鶏もも肉皮なし	7	塩		★焼芋70g	白こしょう
	濃口醤油	2.3	牛乳(250ml)		キャベツ	赤味噌
	塩	0.9	ひじき		きゅうり	白すりごま
	スープストック	0.3	キャベツ		濃口醤油	ごま油
	白こしょう	0.05	きゅうり		塩	鶏がら
	鶏がら	6	米サラダ油			牛乳(200ml)
	春雨	4	濃口醤油			餃子27g
	キャベツ	35	みかん			米油
	人参	7				
	きゅうり	10				
	米サラダ油	2.5				
	上白糖	0.2				
	塩	0.15				
	米酢	3				
	濃口醤油	2.5				
	洋辛子粉	0.05				

※★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・麺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19日 (木)		11月20日 (金)		11月24日 (火)		11月25日 (水)		11月26日 (木)		11月27日 (金)	
献立名	山型食パン キャラメルクリーム 牛乳(Ⓜ250ml) チリコンカン ポテトサラダ		ビーフカレー(麦御飯) 牛乳(Ⓜ250ml) 海そうサラダ オレンジゼリー		御飯 牛乳(Ⓜ250ml) 豆とかぼちゃのコロッケ 高野煮 小いわしのかみかみ和え		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		吹き寄せおこわ 牛乳(Ⓜ250ml) 太刀魚フライ 醤油フレンチ スティックチーズ		きのこうどん 牛乳 豚肉とじゃが芋の揚げ和え 変わり浸し	
材料名及び分量 (一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	山型食パン80g	97	麦御飯	105	御飯	92	御飯	92	アルファー化米	47	地粉うどん100g	240
	キャラメルクリーム15g	15	じゃが芋	45	牛乳(250ml)	257	牛乳(250ml)	257	もち米アルファー化米	18	ぶなしめじ	8
	牛乳(250ml)	257	玉ねぎ	45	豆とかぼちゃのコロッケ80g	80	納豆(たれ付)30g	30	古代米	3	長ねぎ	12
	大豆	25	人参	20	米油	9	焼き豆腐	45	(冷蔵)むき栗	12	(冷蔵)えのきたけ	8
	豚もも挽肉	15	牛もも肉	40	大根	35	白菜	35	人參	7	油揚げ	8
	豚肩挽肉	15	にんにく	0.3	米油	1	長ねぎ	25	(冷凍)グリーンピース	4	鶏胸肉皮なし	12
	玉ねぎ	35	カレーうどん	18	板こんにゃく	15	小松菜	15	鶏胸肉	18	干椎茸スライス	1.2
	人参	10	粉チーズ	4	鶏胸肉	6	白滝	25	清酒	1.2	煮干しパック	2.4
	にんにく	0.2	プロセスチーズ(ダイス状)	4	鶏もも肉	6	(冷蔵)生椎茸	5	塩	0.8	かつお削り節パック(だし用)	0.6
	米油	1	トマトケチャップ	2	高野豆腐	5.5	白滝	20	うすくち醤油	2.7	うすくち醤油	14.4
	トマトケチャップ	19	ウスターソース	2	濃口醤油	7.5	豚もも肉	20	水	102	上白糖	0.6
	ウスターソース	3	ガラマサラ	0.15	上白糖	2.5	豚肩肉	20	牛乳(250ml)	257	濃口醤油	1.2
	スープストック	0.5	牛乳(250ml)	257	本みりん	1.2	米油	1.2	太刀魚フライ50g	50	牛乳(200ml)	206
	チリパウダー	0.35	キャベツ	30	水	20	濃口醤油	9.5	米油	6	豚肩肉角切(酒漬)	35
	パプリカ	0.3	きゅうり	12	ほうれん草	20	上白糖	4	中濃ソース(ボトル)	5	馬鈴薯澱粉	5.5
	白こしょう	0.05	人参	7	キャベツ	30	清酒	1.2	キャベツ	35	(冷蔵)じゃが芋	35
	水	30	乾燥カットわかめ	0.8	ホールコーン	10	きゅうり	12	きゅうり	12	米油	9
	(冷蔵)じゃが芋	40	糸寒天	6	味付け小いわし	3	春雨	6	生竹輪	10	濃口醤油	4
	人参	10	中華ドレッシング(ボトル)	7.5	濃口醤油	2.5	乾燥カットわかめ	0.6	濃口醤油	3	上白糖	3
きゅうり	12	オレンジゼリー50g	50	米サラダ油	2	米酢	3.6	米サラダ油	3	本みりん	1.2	
玉ねぎ	15			上白糖	1	濃口醤油	3.6	スティックチーズ10g	10	清酒	1.2	
米酢	1.2					上白糖	1.5	【アレルギー対応】味付け小いわし(こまなし)5g	5	水	5	
上白糖	0.2					塩	0.12			キャベツ	25	
塩	0.2									ほうれん草	15	
白こしょう	0.04									人参	10	
マヨネーズ	12									もやし	30	
										濃口醤油	3.5	
										米サラダ油	1.2	
										ごま油	0.3	

※★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・麺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30日 (月)								
献立名	御飯 牛乳(㊥250ml) ほうれん草入りオムレツのきのこソースかけ アイリッシュスープ 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)	(g)	(g)
	御飯	92							
	牛乳(250ml)	257							
	ほうれん草入りオムレツ60g	60							
	米油	1							
	(冷蔵)ぶなしめじ	5							
	(冷蔵)えのきたけ	5							
	上白糖	1							
	本みりん	1.5							
	濃口醤油	4							
	馬鈴薯澱粉	0.3							
	水	4							
	豚肩肉角切り	30							
	じゃが芋	40							
	人参	15							
	玉ねぎ	30							
	大麦	9							
	スープストック	1.2							
	ローリエ	0.03							
	米油	1.2							
	塩	0.9							
	白こしょう	0.05							
	フジッリマカロニ	7							
	米サラダ油	0.15							
	きゅうり	12							
	キャベツ	20							
	人参	12							
	米サラダ油	2.4							
	濃口醤油	3							
	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・麺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。