

令和7年度			11月学校給食予定献立表				佐賀市立北川副小学校		
◎ 食に関する指導目標			何でも食べよう						
◎ 給食指導目標			何でも食べよう						
誕生おめでとう献立…7日(金) えがお給食…18日(火) 11月のおすすめ食材…米									
和食に親しもう…6日(木) ハッピーにんじんの日…13日(木)									
日曜	献立名	※アレルギー表示 ①アレルギー物質表示7品目 ②本校の除去対応食品	食品名			調味料	エネルギーKcal	たんぱく質g	
			おもにエネルギーとなる	おもに血・肉・骨を作る	おもに体の調子を整える		献立のメッセージ		
3月	祝日								
4	ごはん 牛乳		ごはん	牛乳			565	24.4	
火	のりの佃煮			のりの佃煮8g					
	豚肉とじゃがいもの煮物		じゃがいも50三温糖1.5	豚肉30生揚げ10凍豆腐2大豆水煮5	にんじん10だいこん30ごぼう5干しいたけ1(冷)むき枝豆5	濃口しょうゆ5みりん1	はしを上手に使って食べよう		
	切干大根の和え物	野菜いっぱい(和風ドレッシング(小麦・かつお節エキス)	野菜いっぱい(和風ドレッシング(小麦・かつお節エキス)5	ささ身水煮5	切干大根3 にんじん5 きゅうり20	薄口しょうゆ2			
5	ごはん 牛乳※5年宿泊学習(予定)		ごはん	牛乳			639	21.6	
水	とりのから揚げ		米粉3片栗粉3油	鶏肉40	にんにく0.2	塩こしょう薄口しょうゆ1みりん1	「ポテトサラダ」について知ろう		
	ポテトサラダ		じゃがいも40卵めきマヨネーズ8	ロースハム5	きゅうり15にんじん5	塩 こしょう			
	キャベツのスープ		油		だいこん10キャベツ20たまねぎ20にんじん5粉バセリ0.1	がらスープ・ポーク&チキン5塩こしょう昆布茶濃口しょうゆ3			
6	ごはん 牛乳※5年宿泊学習(予定)		ごはん	牛乳			607	24.8	
木	白身魚の磯辺揚げ	白身魚	片栗粉3米粉3油	白身魚40 青のり0.2		塩 こしょう	和食に親しもう(いそべ揚げについて知ろう)		
	春雨の炒め煮		春雨5三温糖0.2	豚ひき肉8	干しいたけ0.2根菜ねぎ3たけのこ水煮5しょうが0.2(冷)むき枝豆5 たまねぎ10	濃口しょうゆ1.5 清酒 みりん1			
	かぶともち麦のみそ汁	煮干し(だし用)	もち麦3	干わかめ0.5生揚げ20合わせみそ9	にんじん5かぶ15たまねぎ20小松菜10ごぼう5	煮干し(だし用)3			
7	減量ミルクパン 牛乳	ミルクパン(小麦・乳)	ミルクパン	牛乳		濃口しょうゆ2 ウスターソース1 みりん0.5	604	22.6	
金	カレーうどん	カレールウ(小麦・乳) うどん麺(小麦)	カレールウ9 うどん麺60 油1	鶏肉15	にんじん10 たまねぎ20キャベツ30 ねぎ5	酒1	誕生おめでとう献立		
	だいこんのサラダ	野菜いっぱい(和風ドレッシング(小麦・かつお節エキス)	野菜いっぱい(和風ドレッシング(小麦)5		だいこん20にんじん5きゅうり15(冷)むき枝豆5	塩 薄口しょうゆ1			
	ぶどうゼリー		ぶどうゼリー(糖類)		ぶどうゼリー(ぶどう果汁)				
10	ごはん 牛乳		ごはん	牛乳			573	24.4	
月	ビビンバ		三温糖1	豚肉40赤だしみそ4	ぜんまい水煮3ほうれん草10にんにく0.5しょうが0.5	濃口しょうゆ4酢1清酒1豆板醤0.2	韓国料理に親しもう		
	春巻き	春巻き(小麦)	油 (冷)春巻きfe米粉入り35g(春雨 小麦粉 砂糖)	(冷)春巻き(豚肉 大豆)	(冷)春巻き(たまねぎ キャベツ にんじん)	がらスープ・ポーク&チキン5薄口しょうゆ2			
	れんこんとわかめのスープ			干わかめ0.8 豆腐10	れんこん10にんじん5たまねぎ20にら5				
11	ごはん 牛乳※就学時健診(予定)		ごはん	牛乳			545	19.3	
火	肉じゃが		じゃがいも70 三温糖1.5 油	豚肉20	つきこんにやく20	みりん1 酒1 濃口しょうゆ5	よくかんで食べよう		
	ごま和え	ごま	三温糖1 いりごま2		きゅうり20 キャベツ15 にんじん5 ホールコーン5	薄口しょうゆ1.2			
12	麦ごはん 牛乳		麦ごはん	牛乳			572	23.7	
水	焼き肉		三温糖0.1 油	豚肉(または牛肉)45 赤だし用みそ2.5	たまねぎ15 ねぎ5	濃口しょうゆ2 豆板醤0.05	焼き肉について知ろう		
	中華スープ		油	干しわかめ0.7	たまねぎ20 にんじん5 たけのこ水煮15 ねぎ5	薄口しょうゆ2 がらスープ・ポーク&チキン5 中華スープの素1 塩 こしょう			
	ナムル	ごま油	三温糖0.3 ごま油0.5		もやし30 ニラ10 にんじん5	酢1 濃口しょうゆ2 塩			
13	ごはん 牛乳		ごはん	牛乳			593	23.3	
木	白身魚の香味焼き	白身魚	オリーブ油2	白身魚40	にんにく0.2粉バセリ0.2	塩こしょう オールスパイス	ハッピーにんじんを探そう		
	おいもサラダ		じゃがいも20さつまいも20卵めきマヨネーズ8	ロースハム5	きゅうり15にんじん5	塩 こしょう			
	ミネストローネスープ	マカロニ(小麦)	マカロニ3 ひよこ豆5	ベーコン5大豆水煮5	トマト10にんじん5たまねぎ20にんにく0.2セロリ1キャベツ20トマトホール15	塩こしょうワインがらスープ・ポーク&チキン5薄口しょうゆ2野菜ブイヨン0.5			
14	きなこ揚げパン 牛乳	コッペパン(小麦・乳)	コッペパン / 油上白糖7黄粉10	牛乳	チンゲン菜10	がらスープ・ポーク&チキン5 薄口しょうゆ3	618	25.3	
金	はくさいと肉だんごのスープ	スクールミートボール(小麦)	春雨4(冷)スクールミートボール20(小麦)油	(冷)スクールミートボール20(小麦)	にんじん5はくさい30たまねぎ20きくらげ1もやし20「にんじん5」ゴーン5 冷ほうれん草10	野菜ブイヨン0.5塩こしょう	感謝して食べよう		
	野菜ソテー			油		塩 こしょう			
	ヨーグルト	ヨーグルト(乳)		ヨーグルト1個					
17月	給食はありません								
18	ごはん 牛乳		ごはん	牛乳			579	22.2	
火	鶏肉とさつまいもの炒め物		さつまいも30卵めきマヨネーズ5油	鶏肉35		濃口しょうゆ1昆布茶0.1	えがお給食ついて知ろう		
	荳わかめのスープ			豚肉8(冷)生揚げ15荳わかめ0.8	にんじん5たまねぎ20小松菜10	がらスープ・ポーク&チキン5中華スープの素1塩薄口しょうゆ2			
	きゅうりとたくあんの和えもの				きゅうり30 千切り沢庵3	薄口しょうゆ0.2 塩			
19	ごはん 牛乳		ごはん	牛乳			570	21.4	
水	鶏の照り焼き		三温糖1	鶏肉40	しょうが1	濃口しょうゆ2.5 みりん1 酒0.5	豆を食べよう		
	レンズ豆のスープ		レンズ豆5 じゃがいも20	ベーコン3	にんじん5たまねぎ20にんにく0.2トマトホール15粉バセリ0.2	がらスープ・ポーク&チキン5野菜ブイヨン1塩こしょう			
	コールスローサラダ		イタリアンドレッシング5		キャベツ25 にんじん5 ホールコーン10	塩 こしょう			
20	ごはん 牛乳		ごはん	牛乳			577	19.0	
木	ポークカレー	カレールウ(小麦・乳)	カレールウ18 じゃがいも30	豚肉20	りんごピューレ5	トマトケチャップ2	秋の野菜を知ろう		
	だいこんのサラダ	野菜いっぱい(和風ドレッシング(小麦・かつお節エキス)	野菜いっぱい(和風ドレッシング(小麦)5		にんじん10たまねぎ40にんにく0.2しょうが0.2	ウスターソース1野菜ブイヨン1がらスープ・ポーク&チキン5塩こしょう			
					だいこん20にんじん5きゅうり15(冷)むき枝豆5	塩 薄口しょうゆ1			
21	減量コッペパン 牛乳	コッペパン(小麦・乳)	コッペパン	牛乳			589	22.1	
金	スパゲティミートソース	スパゲティ(小麦)	スパゲティミニ30油	豚ひき肉20	にんじん5たまねぎ20れめじ5ホールトマト15	トマトケチャップ15ウスターソース1	衛生に気を付けて食べよう		
	小松菜のサラダ	野菜いっぱい(和風ドレッシング(小麦・かつお節エキス)	野菜いっぱい(和風ドレッシング(小麦・かつお節エキス)5		にんじん5小松菜10キャベツ22ホールコーン5	塩			
	さつまいもチップス		さつまいもチップス(さつまいも・砂糖・油)						
24月	振休								
25	ごはん 牛乳		ごはん	牛乳			587	23.9	
火	寄せ鍋風煮物		マロニー4	鶏肉20豆腐25スクールがんとどき12	にんじん5はくさい30冷えのき煮5冷しめじ5こんにやく15	薄口しょうゆ5清酒1	絵本に出てくる料理を味わおう「いのちのたべもの」		
	豚肉の甘辛炒め	ちくわ	三温糖1 油	豚肉15	むき枝豆5つきこんにやく15にんじん5	濃口しょうゆ3みりん1唐辛子			
	アセロラゼリー		アセロラゼリー40g(果糖ぶどう糖液糖・加工でん粉)	アセロラゼリー繊維・鉄(アセロラ・りんご)					
26	五目ごはん(飯缶) ぎょうざに牛乳	ぎょうざ(小麦・ごま油)	ごはん/学校用ギョーザ18g・1個(豚肉 ごま油)	牛乳/学校用ギョーザ(小麦粉)	(冷)さやいんげん5/学校用ギョーザ(キャベツ たまねぎ にら)	塩0.3	659	25.6	
水	豚汁		三温糖1	油揚げ5 鶏肉10	にんじん5干しいたけ1ごぼう5こんにやく10	濃口しょうゆ3みりん1	いろいろな種類の野菜を食べよう		
	いちごのクレープ	煮干し(だし用)		豚肉10生揚げ15合わせみそ9	にんじん5だいこん20ねぎ5つきこんにやく10	煮干し(だし用)3			
27	ごはん 牛乳		ごはん	牛乳			582	24.7	
木	すきやき		三温糖1 油	牛肉(または 豚肉)30豆腐25生揚げ25	にんじん8はくさい30冷えのき煮5冷しめじ5つきこんにやく15	薄口しょうゆ5清酒1	よくかんで食べよう		
	和風サラダ	野菜いっぱい(和風ドレッシング(小麦・かつお節エキス)	野菜いっぱい(和風ドレッシング(小麦)5		にんじん5きゅうり20(冷)れんこん10ホールコーン5				
	のり			のり1袋					
28	コッペパン 牛乳	コッペパン(小麦・乳)	コッペパン	牛乳			663	25.6	
金	チリビーンズ		オリーブ油 ひよこ豆8	豚ひき肉15 大豆水煮8	にんにく0.2にんじん5たまねぎ20トマトホール15	トマトケチャップ5 塩 こしょう	石けんで手をきれいに洗って食べよう		
	クリームシチュー	クリームシチューの素(乳・小麦)牛乳	じゃがいも30 クリームシチューの素13 油	牛乳40 ウィナー5	にんじん5 たまねぎ40(冷)むき枝豆10 粉バセリ0.02	赤ワイン1			
						がらスープ・ポーク&チキン5野菜ブイヨン0.5塩こしょう			

*しょうゆ(濃口・薄口)、食酢、中華スープの素は、小麦を含みます。
*ウィナー、ハム、ベーコン、焼き豚は、乳・卵を含んでいないものを使用しています。

※上記アレルギー表示は、①②について行っています。

①アレルギー物質表示8品目(えび・かに・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生)②本校の食物アレルギー除去対応食材(小麦・乳・卵・えび・かに・いか・貝類・魚・魚加工品・種類類・キウイ・ごま・さいとも・やまいも・もも・パイン)