令和6年度　11　月　学校給食予定献立表

猪名川町立学校給食センター

日・曜	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)	18日(月)	19日(火)
献立名	ご飯 牛乳 まいたけのすまし汁 鶏そぼろ さつまいもの揚げ物	ご飯 牛乳 厚揚げのみそ汁 あじフライ 白菜の柚子和え	麦ご飯 牛乳 チキンカレー 大豆サラダ 大根の福神漬	ご飯 ジョア(マスカット) 若布スープ 鯖の薬味しょうゆがけ キャベツのナムル	ご飯(少なめ) 牛乳 にゅうめん チキンチキンごぼう 切干し大根の酢の物	ご飯 牛乳 姫路おでん ほっけの一夜干し じゃこのふりかけ	ご飯 牛乳 白菜のミルクスープ ささみのレモン醤油がけ 大根サラダ	ご飯 牛乳 すき焼きの卵とじ 焼きししゃも(幼小1本,中2本) キャベツのお浸し	ご飯 牛乳 ひらひらうどんスープ わかさぎの磯部あげ 大豆とひじきの煮物	きのこご飯 牛乳 さつま汁 厚揚げのピリ辛あんかけ 白菜のごま酢和え	ご飯 ジョア(プレーン) 厚揚げと鶏肉の煮物 切干大根のカレー炒め みかん	ご飯 牛乳 ごま汁 鶏の塩こうじ揚げ(2個) 白菜の酢の物
材料名および使用量(g)	精白米 75 □ 牛乳 1本 ○ 木綿豆腐 20 ○ かまぼこ 5 ○ たまねぎ 20 △ にんじん 10 △ まいたけ 7 △ 葉ねぎ 3 △ うすくちしょうゆ 5 でん粉 1.5 □ 削り節 3 鶏ミンチ 25 ○ ごぼう 10 △ にんじん 10 △ さやいんげん 5 △ しょうが 1 △ こいくちしょうゆ 2.5 三温糖 1.2 □ 酒 1 さつまいも 45 □ なたね油 3 □ 塩 0.1	精白米 75 □ 牛乳 1本 ○ 豚もも肉 10 ○ 生揚げ 20 ○ たまねぎ 25 △ だいこん 20 △ にんじん 10 △ 生しいたけ 5 △ 葉ねぎ 5 △ わかめ 0.5 ○ 米みそ 8 煮干しだし 3 あじフィーレ 1枚 ○ 塩 0.1 こしょう 0.01 小麦粉 7 □ パン粉 8 □ なたね油 5 □ はくさい 30 △ きゅうり 5 △ かまぼこ 3 ○ ゆず果汁 1.5 △ うすくちしょうゆ 1.5 三温糖 1 □	精白米 70 □ 押麦 7 □ 牛乳 1本 ○ 若鶏もも皮付 20 ○ たまねぎ 60 △ じゃがいも 55 □ にんじん 25 △ にんにく おろし 1.5 △ しょうが 1 △ カレールウ 8 トマトピューレー 1 ケチャップ 1 ウスターソース 2 カレー粉 0.2 パプリカ 0.02 ローリエ 0.01 塩 0.2 こしょう 0.02 だいず 乾 6 ○ キャベツ 20 △ スイートコーン 5 △ ノンエッグマヨ 5 □ こしょう 0.01 塩 0.1 だいこん 20 △ 刻み昆布 0.5 ○ しょうが 0.1 △ こいくちしょうゆ 2 三温糖 2.5 □ 穀物酢 1 酒 1 塩 0.05	精白米 75 □ ジョア(マスカット) 1本 ○ 若鶏もも皮なし 10 ○ たまねぎ 30 △ たけのこ 10 △ にんじん 10 △ りょくとうもやし 10 △ 生しいたけ 5 △ わかめ 1 ○ うすくちしょうゆ 5 塩 0.2 こしょう 0.02 鶏がらスープ 10 さば 1切 ○ でん粉 6 □ なたね油 4 □ 葉ねぎ 1 △ しょうが 0.2 △ 粉かつお 0.1 にんにく おろし 0.1 △ ゆず果汁 0.3 △ 本みりん 2 こいくちしょうゆ 1.5 水 1.5 でん粉 0.1 □ キャベツ 35 △ にんじん 5 △ しょうが 0.2 △ にんにく おろし 0.1 △ こいくちしょうゆ 2 ごま油 0.2 □ 三温糖 0.1 □ ごま 1 □	精白米 65 □ 牛乳 1本 ○ そうめん 9 □ たまねぎ 30 △ にんじん 20 △ 乾しいたけ 0.5 △ 葉ねぎ 5 △ うすくちしょうゆ 4 削り節 3 出し昆布 0.5 ○ 若鶏もも皮なし 30 ○ でん粉 3 □ ごぼう 15 △ でん粉 2 □ なたね油 5 □ こいくちしょうゆ 3 三温糖 2 □ 本みりん 0.5 水 3 切干しだいこん 3 △ きゅうり 15 △ まぐろ水煮 5 ○ わかめ 0.5 ○ 穀物酢 2.5 うすくちしょうゆ 2.5 三温糖 1.5 □	精白米 75 □ 牛乳 1本 ○ じゃがいも 25 □ 板こんにゃく 20 □ 生揚げ 20 ○ にんじん 15 △ れんこん 15 △ しょうが 1.5 △ 三温糖 3 □ こいくちしょうゆ 3 うすくちしょうゆ 3 本みりん 2 酒 1 削り節 3 ほっけ一夜干し 1切 ○ なたね油 0.01 □ しらす干し 5 ○ 粉かつお 0.5 ごま 1 □ 青のり 0.2 ○ こいくちしょうゆ 0.5 酒 0.5 本みりん 1.5	精白米 75 □ 牛乳 1本 ○ 豚もも肉 10 ○ はくさい 30 △ たまねぎ 30 △ じゃがいも 25 □ にんじん 15 △ 生しいたけ 3 △ セロリー 0.5 △ 牛乳 15 ○ うすくちしょうゆ 1.5 塩 0.6 こしょう 0.01 ローリエ 0.01 鶏がらスープ 10 鶏ささみ 1本 ○ でん粉 3 □ なたね油 3 □ うすくちしょうゆ 2 三温糖 1.5 □ レモン果汁 0.8 △ ぶどう酒 白 0.5 水 1.3 だいこん 30 △ こまつな 3 △ スイートコーン 5 △ 塩 0.05 こしょう 0.01 ノンエッグマヨ 5 □	精白米 75 □ 牛乳 1本 ○ 牛もも肉 20 ○ 鶏卵 20 ○ たまねぎ 30 △ 焼き豆腐 25 ○ はくさい 20 △ しらたき 10 □ 生しいたけ 5 △ にんじん 10 △ 白ねぎ 5 △ 焼きふ 2.5 □ 三温糖 2.5 □ こいくちしょうゆ 3 うすくちしょうゆ 2 酒 1 ししゃも 1本 ○ なたね油 0.01 □ キャベツ 32 △ にんじん 5 △ こまつな 3 △ かまぼこ 5 ○ うすくちしょうゆ 2	精白米 75 □ 牛乳 1本 ○ うどん 25 □ 豚もも肉 15 ○ 鶏卵 20 ○ りょくとうもやし 10 △ にんじん 10 △ 生しいたけ 5 △ 葉ねぎ 5 △ うすくちしょうゆ 5.5 本みりん 2 削り節 2 出し昆布 0.5 ○ わかさぎ 35 ○ 青のり 0.1 ○ 塩 0.1 でん粉 4 □ なたね油 5 □ だいず 乾 5 ○ 板こんにゃく 15 □ ほしひじき 1 ○ ちくわ 5 ○ こいくちしょうゆ 2.5 本みりん 1 三温糖 1.7 □ なたね油 0.2 □	精白米 70 □ ぶなしめじ 4 △ まいたけ 2 △ 乾しいたけ 1 △ 三温糖 2 □ こいくちしょうゆ 4 削り節 0.3 出し昆布 0.05 ○ 牛乳 1本 ○ 豚もも肉 10 ○ さつまいも 30 □ たまねぎ 20 △ だいこん 20 △ にんじん 10 △ 葉ねぎ 5 △ 米みそ 8 煮干しだし 4 一口絹揚げ 1こ ○ 鶏ミンチ 4 ○ しょうが 0.2 △ こいくちしょうゆ 1.2 三温糖 1 □ とうがらし 0.01 でん粉 0.4 □ はくさい 35 △ にんじん 3 △ かまぼこ 5 ○ 穀物酢 1.5 うすくちしょうゆ 1.5 三温糖 1 □ ごま 0.5 □	精白米 75 □ ジョア(プレーン) 1本 ○ 若鶏もも皮付 20 ○ じゃがいも 40 □ 生揚げ 40 ○ たまねぎ 20 △ にんじん 15 △ 板こんにゃく 15 □ さやいんげん 7 △ 三温糖 3 □ うすくちしょうゆ 2 こいくちしょうゆ 3 本みりん 1 削り節 2 でん粉 0.5 □ 切干しだいこん 5 △ 豚ミンチ 10 ○ キャベツ 10 △ 青ピーマン 3 △ こいくちしょうゆ 2.5 三温糖 1 □ カレー粉 0.2 水 8 みかん 1こ △	精白米 75 □ 牛乳 1本 ○ 木綿豆腐 20 ○ じゃがいも 20 □ たまねぎ 20 △ つきこんにゃく 15 □ にんじん 10 △ 生しいたけ 5 △ 葉ねぎ 5 △ 米みそ 7 ごま 0.5 □ すりごま 1 煮干しだし 3 若鶏もも皮なし 2こ ○ にんにく おろし 0.4 △ 塩こうじ 1.8 酒 1 塩 0.1 こしょう 0.02 でん粉 9 □ なたね油 4 □ はくさい 35 △ こまつな 3 △ わかめ 1 ○ 穀物酢 2 うすくちしょうゆ 2 三温糖 1 □
4年	576kcal	602kcal	596kcal	553kcal	547kcal	596kcal	541kcal	557kcal	600kcal	543kcal	565kcal	580kcal
中学	711kcal	744kcal	737kcal	674kcal	674kcal	734kcal	667kcal	708kcal	743kcal	649kcal	703kcal	712kcal

日・曜	20日(水)	21日(木)	22日(金)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)
献立名	ご飯(少なめ) 牛乳 五目うどん いわしのからあげ 大根のピリ辛和え	食パン 牛乳 チキンスープ デミグラスソースハンバーグ ブロッコリーのマヨネーズサラダ あんこ	さつま芋ご飯 牛乳 若布のすまし汁 揚げまぐろのごま味噌がらめ 五目煮豆	ご飯 牛乳 豆腐とえびの炒め煮 揚げぎょうざ(幼小1個,中2個) 大豆もやしのごま和え	ご飯 牛乳 豆乳コーンスープ 肉みそビーンズ こんにゃくサラダ	ご飯 牛乳 高野豆腐の卵とじ いかの磯辺揚げ きなこ豆	ご飯 牛乳 呉汁 鮭の塩焼き おからの炒り煮	こぎつねご飯 牛乳 ゆばのすまし汁 れんこんの天ぷら 白菜のごま酢和え
材料名および使用量(g)	精白米 65 □ 牛乳 1本 ○ うどん 45 □ 若鶏もも皮付 20 ○ たまねぎ 20 △ はくさい 20 △ にんじん 10 △ 油揚げ 3 ○ 乾しいたけ 1 △ 葉ねぎ 5 △ うすくちしょうゆ 5 本みりん 0.5 削り節 4 いわし 1枚 ○ うすくちしょうゆ 1 でん粉 4 □ なたね油 4 □ だいこん 35 △ こまつな 7 △ しょうが 0.1 △ こいくちしょうゆ 1.5 穀物酢 2 本みりん 1.5 トウバンジャン 0.04 ごま油 0.1 □	食パン 1袋 □ 牛乳 1本 ○ 若鶏もも皮なし 10 ○ たまねぎ 30 △ はくさい 25 △ にんじん 15 △ ぶなしめじ 5 △ セロリー 1 △ うすくちしょうゆ 3 塩 0.3 こしょう 0.02 鶏がらスープ 10 ハンバーグ 1こ ○ デミグラスソース 1.5 ケチャップ 1.5 ウスターソース 1 三温糖 0.5 □ ぶどう酒 赤 0.5 水 3 ブロッコリー 20 △ キャベツ 10 △ まぐろ水煮 5 ○ ノンエッグマヨ 6 □ 塩 0.03 こしょう 0.01 あずき 12 ○ 三温糖 4.5 □ 塩 0.01	精白米 60 □ さつまいも 15 □ 塩 0.8 牛乳 1本 ○ たまねぎ 25 △ はくさい 25 △ にんじん 10 △ 葉ねぎ 5 △ えのきたけ 5 △ わかめ 1 ○ うすくちしょうゆ 4.5 塩 0.1 出し昆布 0.5 ○ 削り節 2 まぐろ(角切り) 40 ○ 酒 2 しょうが 0.8 △ でん粉 6 □ なたね油 4 □ 三温糖 1.2 □ 米みそ 1.2 ケチャップ 1.2 ごま 0.5 □ こいくちしょうゆ 0.5 水 4 だいず 乾 5 ○ 若鶏もも皮付 10 ○ れんこん 10 △ にんじん 5 △ 板こんにゃく 5 □ さやいんげん 5 △ 乾しいたけ 0.3 △ 角切昆布 0.3 ○ 三温糖 3 □ こいくちしょうゆ 2.5	精白米 75 □ 牛乳 1本 ○ 木綿豆腐 60 ○ ムキエビ 20 ○ 鶏ミンチ 15 ○ たまねぎ 40 △ たけのこ 20 △ にんじん 15 △ ぶなしめじ 6 △ 葉ねぎ 5 △ しょうが 0.5 △ うすくちしょうゆ 5 酒 1 塩 0.1 こしょう 0.02 でん粉 1 □ 鶏がらスープ 5 ぎょうざ 1こ ○ なたね油 2 □ だいずもやし 15 △ キャベツ 15 △ にんじん 5 △ ごま 1 □ うすくちしょうゆ 1.5 三温糖 0.6 □ ごま油 0.2 □	精白米 75 □ 牛乳 1本 ○ 若鶏もも皮付 10 ○ たまねぎ 30 △ じゃがいも 30 □ にんじん 15 △ スイートコーン 10 △ スィートコーン(ペースト) 15 △ パセリ 0.1 △ 豆乳 15 ○ うすくちしょうゆ 1.2 塩 0.8 こしょう 0.02 鶏がらスープ 10 豚ミンチ 20 ○ だいず 乾 5 ○ たまねぎ 10 △ にんじん 3 △ こまつな 3 △ 米みそ 2.5 こいくちしょうゆ 1 三温糖 1 □ 酒 1 しょうが 0.2 △ にんにく おろし 0.1 △ でん粉 0.3 □ サラダこんにゃく 15 □ わかめ 0.6 ○ はくさい 20 △ 穀物酢 2.3 うすくちしょうゆ 2.3 三温糖 2 □	精白米 75 □ 牛乳 1本 ○ 鶏卵 20 ○ 若鶏むね皮つき 15 ○ 高野豆腐 5 ○ じゃがいも 30 □ たまねぎ 30 △ にんじん 15 △ さやいんげん 5 △ 乾しいたけ 0.4 △ うすくちしょうゆ 4.5 三温糖 2.5 □ 本みりん 0.5 削り節 3 いか輪切り 40 ○ でん粉 8 □ 青のり 0.2 ○ 塩 0.1 なたね油 5 □ 大豆(いり) 7 ○ きな粉 0.7 ○ 三温糖 4 □ 水 1.5	精白米 75 □ 牛乳 1本 ○ 生揚げ 20 ○ 豆乳 20 ○ だいず 乾 1 ○ じゃがいも 30 □ たまねぎ 25 △ にんじん 10 △ ぶなしめじ 5 △ 葉ねぎ 5 △ 米みそ 8 削り節 3 さけ 1切 ○ 塩 0.1 なたね油 0.01 □ 若鶏もも皮付 10 ○ おから 8 ○ 板こんにゃく 5 □ にんじん 3 △ 油揚げ 2 ○ さやいんげん 2 △ 三温糖 1.5 □ こいくちしょうゆ 2 酒 0.5 本みりん 0.5 削り節 0.5	精白米 70 □ きざみあげ 10 ○ 糸みつば 4 △ うすくちしょうゆ 4.5 三温糖 2.5 □ 削り節 0.2 出し昆布 0.05 ○ 牛乳 1本 ○ 湯葉 干し 3 ○ かまぼこ 10 ○ たまねぎ 20 △ にんじん 10 △ えのきたけ 6 △ 葉ねぎ 5 △ わかめ 1 ○ うすくちしょうゆ 4.5 塩 0.1 削り節 2 出し昆布 0.5 ○ れんこん 35 △ 米粉 6 □ 塩 0.1 なたね油 3 □ はくさい 35 △ ささみ 5 ○ にんじん 3 △ 穀物酢 1.5 うすくちしょうゆ 1.5 三温糖 1 □ ごま 0.5 □
4年	578kcal	556kcal	567kcal	576kcal	556kcal	665kcal	577kcal	558kcal
中学	686kcal	693kcal	700kcal	748kcal	685kcal	827kcal	709kcal	687kcal

和食の日

11/25～29　大豆ウィーク　いろいろな大豆製品が登場します！

食べ物を大切にする日
20日（水）

○：赤色の食品…体をつくるもとになるもの
□：黄色の食品…熱や力になるもの
△：緑色の食品…体の調子を整えるもの
※材料の都合により献立を変更することがあります。

幼稚園と小学校、中学校で重量が違う献立は以下の通りです。

5日（火）	あじフィーレ	幼小:30g	中:40g
11日（月）	ほっけ一夜干し	幼小:40g	中:50g
12日（火）	鶏ささみ	幼小:30g	中:40g
19日（火）	若鶏もも皮なし	幼小:25g	中:30g
21日（木）	食パン	幼小1～3年:60g	小4～6年:80g　中:100g
21日（木）	ハンバーグ	幼小:40g	中:60g
28日（木）	さけ	幼小:40g	中:50g

11月24日は「和食の日」

和食の日にちなんで、22日の給食はバランスの良い食事をするために取り入れたい食の7品目をすべて入れた「まごわやさしい献立」です。

給食物資内容表

加工食品等の給食物資内容表は、町のHPで随時更新いたしますので、下の二次元バーコードからご確認ください。その他ご不明な点は学校給食センターへお問い合わせください。

TEL:072-766-0219