



令和7年11月 学校給食予定献立表

いい にほんしょく
11月24日は
「和食の日」

幸手市立さくら小学校

日	曜日	献立名	黄のなかま	赤のなかま	緑のなかま	調味料他	ねつりょう 熱量(kcal)
			エネルギーになる	血・骨・肉になる	体の調子をととのえる		たんぱく質(g)
4	火	カレーライス	こめ だいずあぶら	ぶたにく チーズ	しょうが にんにく	ウスターソース	627
		ぎゅうにゅう	じゃがいも カレールウ		にんじん たまねぎ	ケチャップ	
		ビタミンサラダ	さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう		しょうゆ す	
					あかパプリカ キャベツ		
5	水	とうふうめん	ちゅうかめん ごまあぶら	ぶたにく とうふ	しょうが たまねぎ ねぎ	しお こしょう しょうゆ ガラスープ	607
		ぎゅうにゅう	かたくりこ		にんじん にら	ちゅうかだし トウバンジャン	
		てづくりはるまき	はるまきのかわ はるさめ	ぎゅうにゅう		しょうゆ さけ みりん	
			さとう かたくりこ こむぎこ	とりにく	しょうが にんじん	ちゅうかだし	
6	木	くろパン	だいずあぶら		しょうが にんじん	しょうゆ さけ みりん	629
		ぎゅうにゅう	さとう かたくりこ こむぎこ		たけのこ にら	ちゅうかだし	
		ポテトのチーズやき	だいずあぶら じゃがいも		こまつな もやし	しお こしょう	
		ツナサラダ	バター				
7	金	ふわふわたまごのスープ	さとう ごまあぶら	とりにく たまご	キャベツ だいこん にんじん	しょうゆ す	603
			パンこ	チーズ ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ ほうれんそう	しお こしょう コンソメ	
		わかめごはん	こめ	わかめごはんのもと			
		ぎゅうにゅう	だいずあぶら	ぎゅうにゅう		ちゅうのうソース	
10	月	はんぺんチーズフライ	だいずあぶら	はんぺんチーズ		しお こしょう コンソメ	605
		さんしょくやさいのいためもの	だいずあぶら		こまつな にんじん もやし	しお こしょう コンソメ	
		けんちんじる	だいずあぶら さといも	とりにく とうふ みそ	にんじん だいこん ごぼう	かつおぶし	
					こんにゃく ねぎ		
11	火	あきのかおりごはん	こめ さつまいも	とりにく	しめじ さやいんげん	しょうゆ さけ	604
		ぎゅうにゅう	だいずあぶら さとう				
		ハムかつ		ぎゅうにゅう		ちゅうのうソース	
		こまつなともやしのおひたし		ハムかつ		しょうゆ みりん かつおぶし	
12	水	だいこんのみそしる		あつあげ みそ	こまつな もやし	かつおぶし	647
		ハヤシライス	こめ だいずあぶら	ぶたにく	にんじん たまねぎ	ケチャップ	
		ぎゅうにゅう	じゃがいも ハヤシルウ	スキムミルク			
		フルーツミックス	カクテルゼリー	ぎゅうにゅう			
13	木	バターロール	バターロール				614
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		しお こしょう	
		マカロニグラタン	マカロニ こむぎこ	とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ		
		キャベツとコーンのソテー	バター	スキムミルク チーズ		しお こしょう コンソメ	
17	月	ポトフ	だいずあぶら	ベーコン	キャベツ とうもろこし	しお こしょう コンソメ	665
			じゃがいも		にんじん たまねぎ はくさい	しお こしょう コンソメ	
		ごはん	こめ			しろワイン チキンブイヨン	
		ぎゅうにゅう	だいずあぶら	ぎゅうにゅう			
18	火	あげぎょうざ	ごまあぶら さとう	ぎょうざ		す しょうゆ	635
		ほうれんそうともやしのナムル	ごまあぶら さとう		ほうれんそう もやし ねぎ		
		かんこくふうにくじゃが	ごまあぶら さとう	とりにく	にんじん にんにく	す しょうゆ	
			じゃがいも ごま		にんにく たまねぎ ねぎ	コチジャン しょうゆ	
19	水	ごはん	こめ		しらたき にんじん		665
		ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう		さけ しょうゆ す	
		ぶたにくたつたのこうみソース	かたくりこ さとう	ぶたにく	ねぎ		
		きんぴらごぼう	だいずあぶら			しょうゆ さけ みりん	
20	木	すいとん	ごまあぶら さとう ごま	やきちくわ	ごぼう にんじん さやいんげん	しょうゆ さけ みりん	23.8
			すいとん	ぎゅうにゅう	にんじん だいこん	しょうゆ みりん しお	
		ツイストパン	ツイストパン	とりにく やきちくわ	はくさい ねぎ	かつおぶし	
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			
21	火	とりにくのコーンフ레이크やき	ノンエッグマヨネーズ	とりにく		しお こしょう	613
		キャベツサラダ	パンこ コーンフ레이크				
		はくさいのシチュー	さとう だいずあぶら		キャベツ もやし にんじん	しょうゆ す	
			バター じゃがいも	ベーコン ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ はくさい	しお こしょう コンソメ	
22	水	しょういくのひ	こめ	スキムミルク			24.5
		にぼうとうふうつけめん	じごなうどん	とりにく あぶらあげ	にんじん だいこん ごぼう	しょうゆ しお さけ	
		ぎゅうにゅう			はくさい こまつな	かつおぶし	
		てづくりねぎコロッケ	だいずあぶら じゃがいも	ぶたにく スキムミルク	たまねぎ ねぎ	しお こしょう	
23	木	ブロッコリーソテー	こむぎこ パンこ	おから たまご		ちゅうのうソース	25.7
		ごはん	だいずあぶら		ブロッコリー	しお こしょう コンソメ	
		ぎゅうにゅう	こめ	ぎゅうにゅう			
		わふうポークピカタ	パンこ	ぶたにく たまご	ねぎ	しょうゆ さけ	
24	金	きりぼしだいこんのいために	だいずあぶら さとう	とりにく あぶらあげ	きりぼしだいこん にんじん	しょうゆ さけ	624
					さやいんげん		
		あつあげのみそしる		あつあげ みそ	にんじん だいこん たまねぎ こまつな	かつおぶし	

うらめんへつづく



令和7年11月 学校給食予定献立表

いい にほんしょく
11月24日は
「和食の日」



日	曜日	献立名	黄のなかま	赤のなかま	緑のなかま	調味料他	ねつりょう 熱量 (kcal)
			エネルギーになる	血・骨・肉になる	体の調子をととのえる		たんぱく質 (g)
21	金	わしょくのひ ～まごわやさしいこんだて～ ごはん ぎゅうにゅう さばのねぎみそやき かんぴょうのごまあえ とうふとわかめのみそしる	こめ さとう ごま さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう さば みそ とうふ わかめ みそ	しょうが ねぎ かんぴょう にんじん ほうれんそう にんじん たまねぎ しめじ	みりん しょうゆ さけ しょうゆ かつおぶし しお	623 22.8
25	火	あげパン ぎゅうにゅう アイリッシュオムレツ ミネストローネ	コッペパン だいすあぶら さとう だいすあぶら じゃがいも だいすあぶら マカロニ さとう	ぎなこ ぎゅうにゅう ベーコン たまご チーズ ぎゅうにゅう スkimミルク とりにく	たまねぎ にんにく たまねぎ にんじん キャベツ セロリ トマト	しお こしょう しお こしょう コンソメ しろワイン ケチャップ	623 25.9
26	水	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのからあげ ひじきのいために じゃがいものみそしる	こめ かたくりこ だいすあぶら だいすあぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく だいす さつまあげ ひじき あぶらあげ みそ	しょうが にんにく しらたき さやいんげん にんじん たまねぎ こまつな ねぎ	しょうゆ さけ しょうゆ みりん かつおぶし	673 25.3
27	木	ビーンズキーマカレー ぎゅうにゅう はるさめいりやさしいため グレープゼリー	こめ バター だいすあぶら カレールウ だいすあぶら はるさめ グレープゼリー	ぎゅうにゅう ベーコン	たまねぎ ピーマン トマト にんじん キャベツ ピーマン もやし	チキンブイヨン カレーこ ケチャップ しょうゆ しお こしょう コンソメ	693 25.5
28	金	そぼろごはん ぎゅうにゅう さけのマヨネーズやき ゆでブロッコリー とんじる	こめ さとう だいすあぶら ノンエッグマヨネーズ さとう ごまあぶら だいすあぶら じゃがいも	とりにく ぎゅうにゅう さけ ぶたにく とうふ みそ	しょうが さやいんげん ブロッコリー にんにく ごぼう にんじん だいこん こんにゃく ねぎ	しょうゆ さけ みりん しお こしょう さけ しょうゆ す かつおぶし	624 27.6

※ 行事や材料の都合により変更する場合がありますのでご了承ください。

※ 献立名で口で囲んであるものはかみかみメニューの一つです。



食育の日の献立紹介



毎月19日は食育の日

今月は埼玉県メニュー「煮ぼうとう風つけ麺」と「手作りねぎコロッケ」です。
「煮ぼうとう」とは、深谷市の郷土料理です。特徴はひもかわという幅広の麺と、地元である埼玉県で収穫される野菜をたくさん使い、しょうゆで味付けをしたものです。給食では、埼玉県産の小麦粉を使用したじごなうどんを使います。
「手作りねぎコロッケ」は、埼玉県特産のねぎをたっぷり入れたコロッケです。埼玉県は、ねぎの生産量が全国2位になります。

煮ぼうとう風つけ麺

材料 (給食の分量×4人分)

じごなうどん	280g
炒め油	2g
鶏肉	48g (小さめ一口大)
にんじん	20g (いちょう切り)
だいこん	60g (いちょう切り)
ごぼう	20g (半月切り)
はくさい	80g (短冊切り)
こまつな	30g (2～3cm)
油揚げ	10g (短冊切り)
しょうゆ	20g
食塩	1g
酒	2g
だし汁	適量 (かつおだし)

作り方

- ①鶏肉は小さめに切り、野菜を切る。
- ②油揚げを切り、油抜きする。
- ③かつお節でだしを取る。
- ④鍋に油を温めて、鶏肉を炒め、ごぼうを加えてよく炒め、取り出す。
- ⑤だし汁の中に、にんじん・だいこんを入れて煮る。
- ⑥煮えたら、鶏肉・ごぼう・油揚げを加える。
- ⑦はくさい・こまつな・調味料を加え、味を調える。

