

令和7年度11月分 小学校給食こんだて表

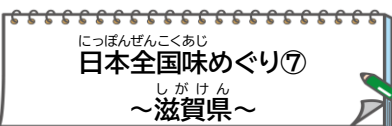
岸和田市教育委員会

その言葉がうれしい



秋も深まり、紅葉が美しい季節となりました。11月24日は「いいにほんしょく」で「和食の日」です。和食とは、ごはんを中心に、お汁やおかずを組み合わせた食事です。栄養をたくさん取って、寒くなる季節に備えましょう。

★年間もくひょう★
なかよく楽しく食事をしよう
☆11月のもくひょう☆
よくかんで食べよう

火		水		木		金	
4	●ぎゅうにゅう	5	●ぎゅうにゅう	6	●ぎゅうにゅう	7	●ぎゅうにゅう
ごはん ■こめ ぶたキムチ豆腐 ●ぶたにく ▲つちしょうが ▲にんじん ▲はくさい ▲えのきたけ ▲チンゲンサイ ▲にら ●とうふ ■サラダあぶら あげギョウザ ●ギョウザ(さかな) ■あぶら		■パーカーパン にこみチキンハンバーグ ●チキンハンバーグ ▲トマト(みず)に) ●しろみそ やさいぞえ ▲キャベツ コーンスープ ●ベーコン ▲にんじん ▲たまねぎ ■じゃがいも ▲ホールコーン ▲クリームコーン ■にゅう・こむぎなしホワイトルウ		■クロワッサン ジャーマンポテト ●ベーコン ▲たまねぎ ▲にんじん ■じゃがいも ミネストローネ ●ぎゅうにく ▲にんじん ▲たまねぎ ▲キャベツ ▲トマト(みず)に) ■こめマカロニ(ほし) ■オリーブオイル ▲ようなしゼリー		ごはん ■こめ やしししゃも ●ししゃも ひじきのいために ●とりにく ●ひじき ▲にんじん ■サラダあぶら みそしる ▲にんじん ▲たまねぎ ▲だいこん ▲はくさい 11月8日は いい歯の日 	
11	●ぎゅうにゅう	12	●ぎゅうにゅう	13	●ぎゅうにゅう	14	●ぎゅうにゅう
ごはん ■こめ カレーライスのぐ ●ぎゅうにく ▲つちしょうが ▲にんにく ▲たまねぎ ▲にんじん ■じゃがいも ■にゅう・こむぎなしカレールウ キャベツとコーンのサラダ ▲キャベツ ▲ホールコーン ▲たまねぎドレッシング		■コッパパン ■メープルシロップ はるさめのちゅうかに ●ぶたにく ▲にんじん ▲たまねぎ ▲キャベツ ▲チンゲンサイ ■はるさめ だいずとごまじゃこのあげに ●だいず ●ほしちりめん ■しろごま ■かたくりこ		■コッパパン ローストチキン ●とりにく ▲にんにく ▲パジル キャベツぞえ ▲キャベツ はくさいスープ ●ベーコン ▲にんじん ▲たまねぎ ▲はくさい ■じゃがいも ▲ぶなしめじ ▲パセリ		ごはん ■こめ ●あじつけのり ちゃんこなべ ●とりにく ●とうふ ▲にんじん ▲だいこん ▲はくさい ▲しろねぎ ちぎりさつまあげ ●ちぎりこんさいさつまあげ	
18	●ぎゅうにゅう	19	●ぎゅうにゅう	20	●ぎゅうにゅう	21	●ぎゅうにゅう
ごはん ■こめ ●こざかなのつくだに あかこんにゃくのいためもの ●ぎゅうにく ▲にんじん ▲あかこんにゃく ■サラダあぶら うちまめじる ●うちまめ ▲にんじん ▲かぶ ■さといも  日本全国味めぐり⑦ ～滋賀県～		■うずまきパン はくさいのクリームに ●とりにく ▲たまねぎ ▲にんじん ■じゃがいも ▲はくさい ▲ぶなしめじ ▲カリフラワー ■サラダあぶら フルーツミックスゼリー ▲カットゼリー(みかん) ▲りんご(かんづめ) ▲おうとう(かんづめ)		■コッパパン ■チョコレートスプレッド ツナとポテトのオープンやき ●まぐろあぶらづけ ■じゃがいも ▲たまねぎ かぶのコンソメスープ ●とりにく ▲にんじん ▲たまねぎ ▲かぶ ▲パセリ ▲とりがら ▲セロリ ▲ローリエ 		ごはん ■こめ  11月24日は 和食の日 さけのしおやき ●しおトラウトサーモン やまとに ●ぎゅうにく ▲にんじん ▲たけのこ ●だいず すましじる ▲にんじん ▲だいこん ▲たまねぎ ▲えのきたけ ●わかめ ▲みつば	
25	●ぎゅうにゅう	26	●のむヨーグルト	27	●ぎゅうにゅう	28	●ぎゅうにゅう
ごはん ■こめ ▲やさいふりかけ ちくぜんに ●とりにく ▲たけのこ ▲にんじん ▲れんこん ▲ごぼう ▲さんどまめ あつあげのみそしる ●あつあげ ▲にんじん ▲たまねぎ ■じゃがいも		■コッパパン チリコンカン ●ぶたにく ▲にんにく ▲たまねぎ ■ひよこまめ ■きんときまめ ■サラダあぶら やさいのようふうに ●とりにく ▲にんじん ▲たまねぎ ■じゃがいも ▲キャベツ ▲パセリ		■コッパパン さといもコロッケ ●さといもコロッケ ■あぶら パンプキンスープ ●とりにく ▲にんじん ▲たまねぎ ▲かぼちゃ ▲かぼちゃペースト ■にゅう・こむぎなしホワイトルウ ▲みかん 		ごはん ■こめ すきやきどんのぐ ●ぎゅうにく ▲たまねぎ ▲はくさい ▲しろねぎ ▲きくな もずくのみそしる ●とりにく ▲にんじん ▲たまねぎ ●もずく	

●・・・き(ちからやねつになる) ●・・・あか(からだのにくや、ち、ほねになる) ▲・・・みどり(からだのちようしをととのえる)

※やむをえない事情により内容を変更する場合があります。ご了承ください。

★「アレルギー情報」はこちら

岸和田市 小学校 給食献立 検索

イラスト出典元:『家庭とつながる!新食育ブック④』少年写真新聞社刊 等