

11月 小学校給食献立表



目標

食べ物に感謝して食べよう

大府市教育委員会

日 曜	献立名	体をつくる		体の調子をととのえる		エネルギーになる		エネルギー (kcal)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	たんぱく質 (g)
1 水	ごはん 牛乳		牛乳			米		592
	豆腐ハンバーグのきのこソースかけ	豆腐 鶏肉			玉ねぎ しめじ えのきたけ	米粉パン粉 でんぷん じゃがいも 砂糖	油	
	こまつなとじゃこのあえもの		しらす干し	こまつな にんじん	キャベツ	砂糖		
	さつまじる	鶏肉 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく	さつまいも		25.7
2 木	ごはん 牛乳		牛乳			米		578
	さけのしおこうじやき	さけ						
	うのはなのいりに	おから ちくわ		にんじん	コーン 枝豆	砂糖	米油 ごま油	
	ピリからじる	豚肉 豆腐		にんじん いら	もやし キムチ漬け			
	みかんゼリー				みかん果汁	砂糖		30.4
6 月	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		675
	まぐろとこうやどうふのあげに	まぐろ 高野豆腐				でんぷん 米粉 砂糖	米油	
	きりぼしだいこんのごまずあえ	ハム		チンゲンサイ	切り干し大根	砂糖	ごま	
	のっぺいじる	鶏肉 豆腐		にんじん ねぎ	かぶ ごぼう こんにゃく ねぎ 干しいたけ	さといも でんぷん		30.7
7 火	げんまいごはん 牛乳		牛乳			米 ロウカット玄米		617
	カレー	豚肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ	じゃがいも		
	れんこんとツナのサラダ (イタリアンドレッシング)	ツナ			れんこん 枝豆 キャベツ コーン		ドレッシング	
	みかん				みかん			23.6
8 水	ごはん 牛乳		牛乳			米		658
	やきさばのおろしだれかけ	さば			だいこん	砂糖 でんぷん		
	ひじきとだいずのいために	大豆 鶏肉	ひじき	にんじん さやいんげん		砂糖	米油	
	とうふとゆばのすましじる	豆腐 湯葉		にんじん こまつな ねぎ	玉ねぎ えのきたけ ねぎ			29.1
9 木	ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん		686
	にくみソース	豚肉 鶏レバー はんぺん みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ しょうが	砂糖 でんぷん		
	さつまいもコロケ					さつまいも 砂糖	米油	
	こうのものあえ				キャベツ 大根漬け	パン粉 小麦粉		29.3
10 金	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		637
	しゅうまい(2こ)	豚肉 鶏肉 たらすり身			玉ねぎ	でんぷん パン粉 小麦粉		
	なまあげのちゅうかに	豚肉 生揚げ		にんじん	玉ねぎ たけのこ 枝豆 干しいたけ しょうが	砂糖 でんぷん	米油	
	もやしのあえもの			こまつな	もやし	砂糖	ごま油	
	かんそうごぎかな		かたくちいわし			砂糖		30.4
13 月	ごはん 牛乳		牛乳			米		614
	いわしのしょうがに	いわし			しょうが	砂糖 でんぷん		
	れんこんのきんぴら	鶏肉		にんじん さやいんげん	れんこん こんにゃく	砂糖	ごま油	
	ごじる	豚肉 大豆 豆腐 豆乳 みそ		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう ねぎ			27.3
14 火	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		617
	ハヤシライス	豚肉		にんじん トマト	玉ねぎ エリンギ	じゃがいも 小麦粉 砂糖	豆乳マーガリン 米油	
	まめまめサラダ (ごまドレッシング)	大豆 赤いんげん豆 青えんどう豆 ひよこ豆 ささみ			キャベツ コーン		ごまドレッシング	
	りんご				りんご			23.0
15 水	ごはん 牛乳		牛乳			米		601
	さんまのぎんがみやき	さんま みそ				砂糖 米粉		
	ぶたにくとだいこんのもの	豚肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	だいこん こんにゃく	砂糖		
	はくさいのこんぶあえ		塩こんぶ		はくさい			28.2
16 木	サンドイッチロールハン 牛乳		牛乳			パン		692
	ホットドッグハンバーグのケチャップソースかけ	鶏肉 豚肉			玉ねぎ	砂糖 でんぷん		
	コールスローサラダ (コールスロードレッシング)	自然栽培のさつまいも	ツナ		キャベツ きゅうり コーン		ドレッシング	
	さつまいものミルクチュー	鶏肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ エリンギ	さつまいも 小麦粉	バター	29.2

うらへつづきます

<今月の愛知県産の野菜・くだもの>

さつまいも・さといも・かぶ・きゅうり・こまつな・セロリ・だいこん・チンゲンサイ
にんじん・ねぎ・はくさい・プロッコリー・ほうれんそう・れんこん・みかん



16日(木)さつまいもについて
農薬・化学肥料を使用せず
栽培したさつまいもです。



11月 小学校給食献立表



目標

食べ物に感謝して食べよう

大府市教育委員会

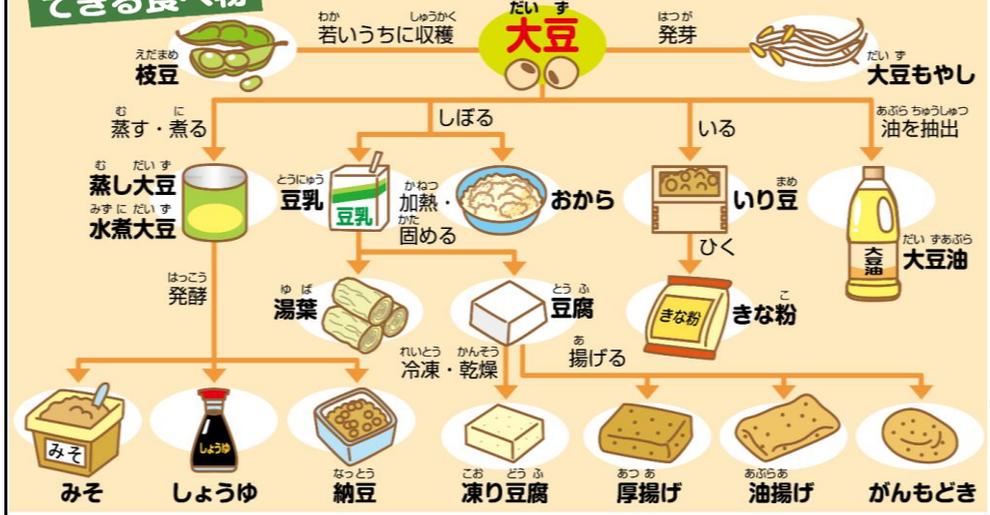
日 曜	献立名	体をつくる		体の調子をととのえる		エネルギーになる		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
17 金	【あいちのあきをあじわうがっこうきゅうしょくのひ】 ごはん 牛乳		牛乳			米		672
	みそカツ	豚肉 みそ			しょうが	砂糖 パン粉 小麦粉 米粉 でんぷん	米油	
	あいちのゆかりあえ			赤じそ	キャベツ			
	あいちのあきやさしい たつぷりじる	鶏肉 豆腐 油揚げ		にんじん ねぎ こまつな	かぶ ねぎ	さといも でんぷん		
	いろいろ					砂糖 米粉 でんぷん		
20 月	ごはん 牛乳		牛乳			米		659
	あげぎょうざ(2こ)	豚肉		にら	キャベツ 玉ねぎ	パン粉 でんぷん 小麦粉	米油	
	ひじきのちゅうかあえ	ツナ	ひじき	にんじん	キャベツ コーン	砂糖	ごま油	
	ビーフンスープ	鶏肉		にんじん ねぎ	玉ねぎ ほうさい ねぎ 干しいたけ	ビーフン		
	とうにゅうデザート(ココア)	豆乳				水あめ 砂糖		
21 火	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		631
	やきししゃも (1.2ねん1び、3ねん~2び)		ししゃも					
	みそおでん	生揚げ はんぺん うずら卵 みそ	こんぶ	にんじん	だいこん こんにやく	さといも 砂糖		
	ほうれんそうとささみの あえもの	ささみ		ほうれんそう	もやし	砂糖	ごま	
	まぐろときりぼしだいこんの ごはん(アルファかまい) 牛乳	まぐろ	牛乳		しょうが 切り干し大根	アルファ化米 砂糖 アルファ化もち米	米油	
22 水	レバーいりつくね(2こ)	鶏肉 鶏レバー			玉ねぎ	でんぷん 砂糖 米粉パン粉	油	582
	やさいとわかめのあえもの		わかめ	にんじん	もやし			
	さわにわん	豚肉 豆腐		にんじん ねぎ	たけのこ ごぼう 干しいたけ ねぎ	でんぷん		
	むらさきいもチップス					さつまいも 砂糖	油	
	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		
27 月	だいたみ入り マーボーどうふ	豚肉 鶏レバー 豆腐 大豆みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ しょうが	砂糖 でんぷん		626
	キャベツとはるさめのあえもの	焼き豚		こまつな	キャベツ コーン	はるさめ 砂糖	ごま油	
	みかん				みかん			
	ごはん 牛乳		牛乳			米		
	とりにくのこうみだれかけ	鶏肉		ねぎ	しょうが にんにく ねぎ	でんぷん 砂糖	米油	
28 火	きりぼしだいこんと さといものにももの	油揚げ		にんじん さやいんげん	切り干し大根	さといも 砂糖		648
	にらたまじる	卵 豆腐 かまぼこ		にんじん にら	玉ねぎ	でんぷん		
	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		
	さばのはちょうみそに	さば みそ				砂糖		
	ぶたにくとはくさいのもの のにももの	豚肉 かまぼこ 豆腐		にんじん ねぎ	ほうさい こんにやく ねぎ えのきたけ	砂糖	米油	
29 水	ブロッコリーのアーモンドあえ			ブロッコリー		砂糖	アーモンド	611
	きなこあげパン (こがたロールパン) 牛乳	きなこ	牛乳			パン 砂糖	米油	
	チリコンカン	豚肉 白いんげん豆 ひよこ豆		にんじん パセリ トマト	玉ねぎ セロリ	じゃがいも 砂糖	オリーブ油	
	ツナとかいそうのサラダ (わふうドレッシング)	ツナ	赤つのもた わかめ こんぶ 白すぎのり		キャベツ きゅうり コーン		ドレッシング	
	大豆はさまざまな食品や調味料に利用され、 私たちの食生活に欠かすことのできない食べ物です。 植物ですが、体をつくるもとになる「タンパク質」 をたくさんふくむので「畑の肉」とよばれています。							

平均値	631
標準値	27.6
	640
	26.5



大豆はさまざまな食品や調味料に利用され、
私たちの食生活に欠かすことのできない食べ物です。
植物ですが、体をつくるもとになる「タンパク質」
をたくさんふくむので「畑の肉」とよばれています。

大府市では【学校給食でお勧めレシピ】を掲載して
います。右のQRコードからご覧いただき、ご家庭でも
お試しください。なお、リニューアルした
レシピは、大府市のホームページから
ご覧いただけます。



17日(金)
おおぶニック米について
大府市内の有機農業の
推進に取り組む農業者
グループが栽培した米です。

- 16日(木) 自然栽培のさつまいも(大府市産)
- 17日(金) 愛知の秋を味わう学校給食の日
おおぶニック米(大府市産)
いろいろ(郷土料理)
- 21日(火) みそおでん(郷土料理)

・物質の都合により献立を変更することがありますので、ご了承ください。 ・献立について不明な点は、各学校へお問い合わせください。