

令和7年11月　こんだてひょう

犬山市立栗栖小学校

に ち 日	よう 曜	こんだてめい 献立名	おち　さいりょう　はたら 主　な　材　料　と　そ　の　働　き					
			からだ　つく 体を作る		からだ　ちようしん　からだの 体の調子を整える		からだ　うご 体を動かすエネルギーになる	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
			さかなにく・たまご・えび・大豆・大豆製品	ぎゅうにゅう・乳製品・豆腐・海藻	りよくあうしんくやさい 緑黄色野菜	も　やさい　くだもの その他の野菜・果物・きのこ	こめ・パン・めん・いも・砂糖	やし・しほじつ 油脂・種実
4	火	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		ホキのあげに	ホキ			しょうが	かたくりこ　さとう	あぶら
		てづくりすいとんじる	とりにく　あぶらあげ		ねぎ　にんじん	だいこん　ごぼう	こむぎこ　しらたまこ	
		あおなのひじきあえ		ひじき	チンゲンサイ　にんじん	もやし	さとう	ごま
5	水	やきそば　ぎゅうにゅう	ぶたにく　いか　ちくわ	ぎゅうにゅう　あおのり	にんじん	キャベツ　もやし　きざみしょうが	やきそばめん	あぶら
		あげパン	きなこ				パン　さとう	あぶら
		しゅうまい	しゅうまい					
		ツナとだいこんのサラダ	ツナ			だいこん　きりぼしだいこん　きゅうり	さとう	ごまあぶら　ごま
6	木	秋の校外学習						
7	金	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		あじのザクザクげんまいフライ	あじのザクザクげんまいフライ					あぶら
		はくさいのおかかあえ	かつおぶし		こまつな　にんじん	はくさい		
		こんさいたっぷりごじる	ぶたにく　とうふ　ミックスみそ　とうにゅう		にんじん　ねぎ	だいこん　ごぼう　しょうが　こんにゃく		
10	月	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		かぼちゃのカレー	ぶたにく　ぶたしパーチップ　だいずミート		かぼちゃ　にんじん	たまねぎ　グリーンピース		あぶら
		じゃこコールスローサラダ	だいず	しらすぼし	にんじん	コーン　きゅうり　キャベツ	さとう	あぶら
		むぎごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ　むぎ	
11	火	おやこに	とりにく　たまご　こうやどうふ　かまぼこ		ねぎ　にんじん	たまねぎ　ほししいたけ	さとう	あぶら
		さつまいもコロッケ					さつまいもコロッケ	あぶら
		ゆかりあえ			にんじん　しそこ	キャベツ　きゅうり		
		ミルクロール　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン	
12	水	とりにくのコンフィー	とりにく			にんにく		オリーブあぶら
		さけときのこのクリームシチュー	さけ　ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	しめじ　たまねぎ　マッシュルーム	じゃがいも　こむぎこ	バター　あぶら
		キャロット・ラペ	ツナ		にんじん	たまねぎ	さとう	オリーブあぶら
		にんじんのかきまわし　ぎゅうにゅう	ちくわ　あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	ほししいたけ　こんにゃく	アルファーカーまい　アルファかもちこめ　さとう	あぶら
13	水	さんまのぎんがみやき	さんまのぎんがみやき					
		けんちんじる	とりにく　とうふ		にんじん　ねぎ	ごぼう　だいこん	さといも	
		いぬやまほうじちゃきなこまめ	だいず　きなこ		ほうじちゃば		かたくりこ　さとう	あぶら
		ちゅうかめん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ちゅうかめん	
14	金	みそラーメン	ぶたにく　なると　ミックスみそ		にんじん　ねぎ	はくさい　たまねぎ　もやし　しょうが　にんにく		
		にくだんこのチリやさいソース	にくだんこ		ねぎ	たまねぎ　たけのこ　にんにく　しょうが	さとう	あぶら
		まっちゃとうふドーナツ	とうふ		まっちゃ		ホットケーキミックス　さとう	あぶら
		ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
17	月	ハンバーグおろしソース	ハンバーグ			だいこん	さとう　かたくりこ	
		わふうポテトサラダ	えだまめ　おから	ひじき　しおこんぶ	にんじん	たまねぎ　れんこん	じゃがいも	
		とりごぼうみそしる	とりにく　とうふ　ミックスみそ		にんじん	ごぼう　たまねぎ　えのきだけ		
		むぎごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ　むぎ	
18	火	マーボーはくさい	ぶたにく　ぶたしパーチップ　だいずミート　とうふ　あかみそ		にんじん　ねぎ	はくさい　たまねぎ　しょうが　にんにく	かたくりこ　さとう	ごまあぶら
		あげぎょうざ	ぎょうざ					あぶら
		きりぼしだいこんのツナあえ	ツナ			キャベツ　きゅうり　きりぼしだいこん	さとう	ごまあぶら
		ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
19	水	まぐろとだいずでおしろいのいしがきどん	まぐろ　あつあげ　だいず　あかみそ		ねぎ		かたくりこ　さとう	あぶら　ごま
		キャベツのいぬやまちゃあえ			にんじん　てんちゃ	キャベツ　せんざりだいこんづけ　きゅうり		
		さつまいもいりあきのみかくじる			にんじん　ねぎ	ごぼう　だいこん　えのきだけ　こんにゃく	さつまいも	
		いぬやまももゼリー				ももゼリー		
20	木	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		あきさばのもみじやき	さば　おから		にんじん			マヨネーズ
		こまつなのなめだけあえ			こまつな	はくさい　あじつきえのきだけ		ごま
		あわせだしのかきたまじる	たまご　かまぼこ　とうふ		にんじん　みずな　ねぎ	ほししいたけ	かたくりこ	
25	火	たかなじゃこチャーハン	ぶたにく	ぎゅうにゅう　しらすぼし	たかなづけ　ねぎ	たまねぎ	アルファーカーまい	あぶら　ごまあぶら
		しょうろんぼう	しょうろんぼう					
		ちゅうかふうコーンスープ	とりにく　とうふ		にんじん　パセリ	たまねぎ　コーン	かたくりこ	
		ブロッコリーとほしえびのちゅうかあえ		ほしえび	ブロッコリー		さとう	ごまあぶら　ごま
26	水	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		とりにくのレモンに	とりにく			レモンかじゅう	かたくりこ　さとう	あぶら
		ツナとわかめのサラダ	ツナ	わかめ		キャベツ　きゅうり	さとう	あぶら
		チンゲンサイいりみそしる	とうふ　あぶらあげ　ミックスみそ		チンゲンサイ		じゃがいも	
27	木	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		かんとうに	とりにく　うすらたまご　あつあげ　はんぺん	かくぎりこんぶ		だいこん　こんにゃく	さといも　さとう	
		いわしのうめに	いわしのうめに					
		くきわかめのきんぴら	ぶたにく	くきわかめ	にんじん　いんげん	ごぼう		ごまあぶら　ごま
28	金	しらたまうどん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			しらたまうどん	
		カレーうどん	ぶたにく　あぶらあげ　かまぼこ		にんじん　ねぎ	たまねぎ　ほししいたけ		あぶら
		ウィンナーとチーズのサラダ	ウィンナー　ビーンズミックス	チーズ	にんじん	きゅうり　キャベツ　たまねぎ	さとう	あぶら
		りんごパイ				りんご	グラニューとう　パイシート	

- ・食材は、体の中の働きによって3つの仲間に分けられています。
 - ・汁物のだしには、煮干しやむろあじ、昆布などを使用しています。
 - ・毎月19日は「食育の日」として、愛知県や犬山市の食材を使った献立が登場します。今月は19日に、「犬山産のお茶を活用した料理」を紹介します。
- ※ 献立内容は都合により変更することがあります。

○給食欠食の取扱いについて

連続して4日以上欠席又は出席停止が見込まれる場合、保護者から欠食の申し出があれば、申し出日から起算して6日目（土日祝含む）より対応可能です。

復食日が決まっている場合は併せてお伝え下さい。予定より早く登校可能となった際は、弁当の持参をお願いする場合がありますのでご了承をお願いします。