

# 令和7年11月 こんだてひょう

犬山市立栗栖小学校

日 曜 日	朝 食 献立名	おも な 材 料 と そ の 働 き					
		からだ 体を作る		からだ 体の調子を整える		からだ 体を動かすエネルギーになる	
		1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 ぎゅうにゅう・乳製品・小魚・海藻	3群 りょくおうしょくやさい 緑黄色野菜	4群 たやさい くじもの その他の野菜・果物・きのこ	5群 ごめ 米・パン・めん・いも・砂糖	6群 ゆし 油脂・種実
4 火	ごはん ホキのあげに てづくりいとんじる あおなのひじきあえ	ぎゅうにゅう				こめ	
5 水	やきそば あげパン しゅうまい ツナとだいこんのサラダ	ふたにく いか ちくわ きなこ しゅうまい ツナ	ぎゅうにゅう あおのり にんじん ひじき	ねぎ にんじん チンゲンサイ にんじん	だいこん ごぼう もやし	かたくりこ さとう こまごこ しらたまこ さとう	あぶら あぶら あぶら ごま
6 木	秋の校外学習						
7 金	ごはん あじのザクザクげんまいフライ はくさいのおかかあえ こんさいたっぷりごじる りんご	ぎゅうにゅう あじのザクザクげんまいフライ かつおぶし ふたにく とうふ ミックスみそ とうにゅう		こまつな にんじん にんじん ねぎ	はくさい だいこん ごぼう りんご	こめ	あぶら
10 月	ごはん かぼちゃのカレー じゃこコルスローサラダ	ぎゅうにゅう ふたにく ふたレバーチップ だいすミート だいす		かぼちゃ にんじん にんじん しらすぼし	たまねぎ グリンピース コーン きゅうり キャベツ	こめ	あぶら あぶら
11 火	むぎごはん おやこに さつまいもコロッケ ゆかりあえ	ぎゅうにゅう		ねぎ にんじん にんじん しそこ	たまねぎ ほししいたけ キャベツ きゅうり	こめ むぎ さとう さつまいもコロッケ あぶら	
12 水	ミルクロール とりにくのコンフィー さけときのこのクリームシチュー キャロット・ラベ	ぎゅうにゅう とりにく さけ ベーコン ツナ	大阪・開西万博献立～フランス～		にんにく しめじ たまねぎ マッシュルーム たまねぎ	パン	オリーブあぶら オリーブあぶら オリーブあぶら
13 水	にんじんのかきまわし さんまのぎんがみやき けんちんじる いぬやまほうじゅきなこまめ	ぎゅうにゅう ちくわ あぶらあげ さんまのぎんがみやき とりにく とうふ だいす きなこ	ぎゅうにゅう にんじん にんじん ねぎ ほうじゅば	にんじん にんじん ねぎ にんじん	ほししいたけ こにゃく だいこん たまねぎ えのきだけ	アルファーかまい アルファかもちごめ さとう かたくりこ さとう	あぶら あぶら あぶら
14 金	ちゅうかめん みぞラーメン にくだんごのチリやさいソース まっちゃんふドーナツ	ぎゅうにゅう ふたにく なると ミックスみそ にくだんご とうふ		にんじん ねぎ ねぎ まっちゃん	はくさい たまねぎ もやし たまねぎ たけのこ まっちゃん	ちゅうかめん さとう ホットケーキミックス さとう	あぶら あぶら
17 月	ごはん ハンバーグおろしソース わふうボテサラダ とりごぼうみそしる	ぎゅうにゅう ハンバーグ えだまめ おから とりにく とうふ ミックスみそ		にんじん にんじん にんじん	だいこん たまねぎ れんこん こぼう たまねぎ えのきだけ	こめ	
18 火	むぎごはん マーボーはくさい あけぎょうざ きりほしだいこんのツナあえ	ぎゅうにゅう ふたにく ふたレバーチップ だいすミート とうふ あかみそ ぎょうざ ツナ		にんじん ねぎ にんじん にんじん	はくさい たまねぎ たまねぎ たけのこ キャベツ きゅうり きりほしだいこん	こめ むぎ かたくりこ さとう さとう ごまあぶら	
19 水	ごはん まぐろとだいすでおしろいしがきどん キャベツのいぬやまちゃん さつまいもりいりあきのみかくじる いぬやまもゼリー	ぎゅうにゅう まぐろ あつあげ だいす あかみそ 愛知・犬山をあじわおう 食育の日	ぎゅうにゅう ねぎ にんじん てんちゃ にんじん ねぎ		かたくりこ さとう さとう さつまいも ももゼリー	こめ	あぶら ごま
20 木	ごはん あきさばのもみじやき こまつななめだけあえ あわせだしのかきたまじる	ぎゅうにゅう さば おから 和食の日	ぎゅうにゅう にんじん こまつな にんじん みずな ねぎ		はくさい あじつきえのきだけ	こめ	マヨネーズ ごま
25 火	たかなじゅこチャーハン しょうろんぼう ちゅうかふうコーンスープ プロッコリーとほしえびのちゅうかえ	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう しらすぼし にんじん パセリ プロッコリー	たかなづけ ねぎ にんじん ほしえび	たまねぎ コーン	アルファーかまい かたくりこ さとう	あぶら ごまあぶら	
26 水	ごはん とりにくのレモンに ツナとわかめのサラダ チンゲンサイりみそしる	ぎゅうにゅう とりにく ツナ とうふ あぶらあげ ミックスみそ	ぎゅうにゅう レモンかじゅう キャベツ きゅうり チンゲンサイ		かたくりこ さとう さとう じゃがいも	こめ あぶら あぶら	
27 木	ごはん かんとうに いわしのうめに くきわかめのきんぴら	ぎゅうにゅう とりにく うずらたまご あつあげ はんべん いわしのうめに ふたにく くきわかめ	ぎゅうにゅう かくぎりこんぶ にんじん いんげん	だいこん こにゃく ごぼう	こめ さといも さとう ごまあぶら ごま		
28 金	しらたまうどん カレーうどん ワインナーとチーズのサラダ りんごパイ	ぎゅうにゅう ふたにく あぶらあげ かまぼこ ワインナー ピーンズミックス チーズ	ぎゅうにゅう にんじん ねぎ にんじん きゅうり キャベツ たまねぎ りんご		しらたまうどん あぶら あぶら 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日以上の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お願いします。