

令和7年11月分学校給食献立予定表(前半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー kcal	たんぱく質 g
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねづやちからになるもの	ビタミン からだのちょうしととのえるもの	調味料ほか		
★ はし	火	さつますもじ (すしめし)	鶏肉 さつま揚げ しらす干し 油揚げ 鶏卵	砂糖 サラダ油 米	にんじん たけのこ ごぼう しいたけ 千切だいこん きぬさや	うすぐちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん 酒 食塩 すし酢	539	23.9
		牛乳	牛乳					
		あお入りみそ汁	豆腐 合わせみそ あおさのり		えのきたけ にんじん 葉ねぎ	かつお節(だし)		
		くだもの			くだもの			
★ はし	水	かつおしぐれどんぶり	かつお	砂糖 ごま 米	にんじん えだまめ しいたけ しょうが	こいくちしょうゆ 酒	583	25.5
		牛乳	牛乳					
		かきたま汁	鶏卵 豆腐 鶏肉	でん粉	たまねぎ にんじん 葉ねぎ	うすぐちしょうゆ 酒 食塩 かつお節(だし)		
		りんごゼリー	寒天	異性化糖類 ぶどう糖 砂糖	りんご果汁	増粘多糖類 香料		
6	木	セルフあんパン (コッペパン・あずきあん)	小豆	砂糖 パン		食塩	572	25.4
		牛乳	牛乳					
		鶏肉とさつまいものクリーム煮	鶏肉 牛乳 白いんげん豆 白花豆 えんどう豆 赤いんげん豆 ひよこ豆 生クリーム 粉チーズ 脱脂粉乳	さつまいも サラダ油	たまねぎ にんじん しめじ こまつな	ホワイトルウ 白ワイン 食塩 白こしょう		
★ はし	金	ごはん		米			589	23.2
		牛乳	牛乳					
		塩ちゃんこ鍋	豚肉(もも・はら) つくね(鶏肉、大豆たん白) さけ 烹き豆腐 油揚げ	つくね(でん粉、パン粉、砂糖) 砂糖	つくね(たまねぎ) はくさい だいこん にんじん みずな しめじ 深ねぎ	つくね(発酵調味料、食塩、香辛料) うすぐちしょうゆ 酒 食塩 かつお節(だし)		
		みたらし里芋		さといも 水あめ 砂糖 でん粉 なたね油		うすぐちしょうゆ みりん		
10	月	テーブルロールパン		パン			521	22.7
		牛乳	牛乳					
		読書旬間メニュー 「スパゲッティがたべたいよう」より 「こまったくさんのスパゲティ」より 【スパゲッティミートソース】	牛肉 豚肉 大豆 粉チーズ 脱脂粉乳	スパゲッティ オリーブ油	たまねぎ にんじん ズッキーニ エリンギ ピーマン にんにく	ケチャップ トマトピューレー 赤ワイン ウスターーソース デミグラスソース こいくちしょうゆ 食塩 白こしょう		
		りんごドレッシングサラダ		オリーブ油	キャベツ りんご きゅうり コーン	酢 食塩 白こしょう		
★ はし	火	ごはん		米			589	22.4
		牛乳	牛乳					
		6年ろ組今出君考案みそ汁 「具だくさん野菜みそ汁」	麦みそ 豆腐 わかめ		キャベツ にんじん だいこん	煮干し(だし)		
		サーモンフライ (1食タルタルソース)	白鮭	パン粉 加工でん粉 なたね油		タルタルソース		
		添え野菜			キャベツ にんじん			
★ はし	水	手作りヨーグルトケーキ	ヨーグルト 鶏卵	小麦粉 砂糖 無塩バター サラダ油		ベーキングパウダー	502	20.7
		牛乳	牛乳					
		みそラーメン	豚肉 烹き豚 みそ(赤・合わせ)	中華めん ごま サラダ油	キャベツ たまねぎ にんじん コーン もやし チンゲンサイ にんにく しょうが	パイタン 中華だし 食塩 白こしょう		
		みかんジュース			みかんジュース			
13	木	バターパン		パン			661	25.1
		牛乳	牛乳					
		読書旬間メニュー 「いろいろおふろはいり隊！」より 「こまったくさんのグラタン」より 【マカロニグラタン(パン粉炒め)】	牛乳 鶏肉 ベーコン 生クリーム パン粉炒め(粉チーズ)	フジリ サラダ油 パン粉炒め(無塩バター、パン粉)	たまねぎ プロッコリー にんじん しめじ	ホワイトルウ 食塩 白こしょう		
		読書旬間メニュー 「フルーツポンチ はい できあがり」より 【フルーツポンチ】		ゼリー(砂糖・ぶどう糖果糖液糖、 ぶどう糖、砂糖)	ゼリー(りんご果汁) 黄桃 白桃 りんご みかん	ゼリー(増粘多糖類、香料) ビタミン飲料の素		
14	金	ポークカレー (麦ごはん)	豚肉 ヨーグルト 粉チーズ	じゃがいも サラダ油 米 麦	たまねぎ にんじん グリンピース りんご にんにく	カレールウ ケチャップ ウスターーソース 赤ワイン カレー粉	638	22.7
		牛乳	牛乳					
		はくさいとりんごのサラダ	アーモンド		はくさい りんご	ノンオイルクリーミーフレンチレッシング		
		ラ・フランスゼリー		グラニュー糖 粉あめ 果糖 加工でん粉	洋なし(ピューレ・果汁)	ゲル化剤 香料		
17	月	セルフチーズバーガー ^(バーガーパン・照焼ハンバーグ ・ボイルキャベツ・スライスチーズ)	照焼ハンバーグ(鶏肉、大豆たん白、チキンエキス) スライスチーズ	照焼ハンバーグ(パン粉、豚脂、 砂糖、加工でん粉、なたね油) パン	照焼ハンバーグ(たまねぎ、しょうが) キャベツ	照焼ハンバーグ(魚醤、発酵調味料、食塩、香辛料、 みりん、しょうゆ、ワイン、醸造酢、酒精)	621	28.4
		牛乳	牛乳					
		はくさいのクリーム煮	牛乳 鶏肉 生クリーム 粉チーズ 脱脂粉乳	じゃがいも	はくさい たまねぎ にんじん こまつな しめじ	ホワイトルウ 食塩 白こしょう		

※ 必ず、親子で食材について確認しましょう。特に、食物アレルギーのあるお子さんについては、毎日確認してください。

令和7年11月分学校給食献立予定表(後半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー kcal	たんぱく質 g	
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつやちからになるもの	ビタミン からだのちょうしをととのえるもの	調味料ほか			
★ はし	火	高木兼寛関連メニュー 麦ごはん		米 糜					
		お茶ふりかけ	かつお(フレーク・粉) しらす干し 卵黄粉 青のり 昆布粉	あられ 白ごま さつまいもフレーク パン粉 コーンフラワー 砂糖	茶葉	発酵調味料 しょうゆ	587	25.3	
		牛乳	牛乳						
		豚じやが	豚肉 うずら卵 厚揚げ さつま揚げ	じゃがいも 砂糖 サラダ油	たまねぎ にんじん 糸こんにゃく いんげん しいたけ しょうが にんにく	うすぐちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん			
		かつおとこまつの煮浸し	かつお しらす干し 油揚げ かつお節	大豆油 砂糖 サラダ油	こまつな にんじん	うすぐちしょうゆ			
★ はし	水	読書時間メニュー 「オニじゃないよ おにぎりだよ」より 【セルフおむすび(かつおみそ)】	かつおなまり節 みそ(合わせ・赤) のり	砂糖 ごま ごま油 米		酒 みりん	540	24.1	
		牛乳	牛乳						
		じやがいもの鳴門煮	鶏肉 厚揚げ 竹輪 わかめ	じゃがいも 砂糖	だいこん にんじん 白こんにゃく いんげん	うすぐちしょうゆ みりん かつお節(だし)			
★ はし	木	米粉入りパン りんごジャム		パン					
		牛乳	牛乳		りんごジャム				
		ミネストローネ	ベーコン 白いんげん豆 ひよこ豆 赤いんげん豆 いんげん豆	じゃがいも スパゲッティ	ブロッコリー キャベツ トマト にんじん	コンソメ うすぐちしょうゆ 食塩 白こしょう	584	27.3	
		魚のチーズマヨ焼き	ホキ チーズ	ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ オレンジパプリカ ホーン パセリ	うすぐちしょうゆ			
★ はし	金	中華風おこわ (もち米入りごはん)	豚肉	砂糖 サラダ油 米 もち米	たけのこ ごぼう にんじん えだまめ きくらげ	こいくちしょうゆ みりん 食塩			
		牛乳	牛乳						
		ぎょうざ(大豆粉、豚肉、鶏肉、大豆たん白)	ぎょうざ(小麦粉、植物油脂、砂糖、 加工でん粉)	ぎょうざ(小麦粉、植物油脂、砂糖、 加工でん粉)	ぎょうざ(キャベツ、たまねぎ、しょうが) たまねぎ にんじん チンゲンサイ もやし	ぎょうざ(しょうゆ、醸造調味料、食塩、香辛料) うすぐちしょうゆ 中華だし 食塩 白こしょう	536	21.3	
★ はし	火	ごはん		米					
		牛乳	牛乳						
		石狩汁	さけ 焼き豆腐 米みそ	じゃがいも	はくさい 糸こんにゃく にんじん 深ねぎ	酒 酒かす かつお節(だし)	529	23.2	
★ はし	水	五目きんぴら	さつま揚げ 油揚げ	砂糖 ごま ごま油	たまねぎ ごぼう 糸こんにゃく たけのこ にんじん いんげん	こいくちしょうゆ みりん 酒 一味とうがらし			
		肉まん	豚肉	小麦粉 砂糖 ラード でん粉	たまねぎ たけのこ しいたけ	しょうゆ 発酵調味料 イースト 食塩 香辛料 チキンブイヨン 野菜エキス てんめんじゅん			
		牛乳	牛乳				564	30.8	
★ はし	木	さつま汁うどん	鶏肉 油揚げ みそ(合わせ・赤)	うどん	だいこん にんじん 黒こんにゃく ごぼう しいたけ 大豆もやし 葉ねぎ	うすぐちしょうゆ 酒 かつお節(だし)			
		なすと豚肉の炒め煮	豚肉	砂糖 でん粉 サラダ油 ごま油	たまねぎ なす 糸こんにゃく にんじん	こいくちしょうゆ 酒 かつお節(だし)			
		粒チーズパン		パン					
★ はし	金	牛乳	牛乳						
		豆とウインナーのトマトソース煮	ウインナー 大豆 金時豆 赤いんげん豆 ひよこ豆 えんどう豆 粉チーズ	じゃがいも サラダ油	たまねぎ にんじん トマト えだまめ にんにく	ケチャップ コンソメ 赤ワイン 食塩 白こしょう	528	24.6	
		くだもの			くだもの				
★ はし	金	ごはん		米					
		牛乳	牛乳						
		大豆の磯煮	大豆 鶏肉 厚揚げ 竹輪 ひじき	じゃがいも 砂糖 サラダ油	にんじん いんげん れんこん 黒こんにゃく ひじき	こいくちしょうゆ うすぐちしょうゆ みりん かつお節(だし)	542	24.0	
		もやしとこまつのごまあえ		ごま(ねり・すり) 砂糖	もやし こまつな	こいくちしょうゆ うすぐちしょうゆ			
お知らせ		<今月の行事>				<はしをもってく日>			
		1日(土)～7日(金)	地域が育む「かごしまの教育」県民週間				★の日は、「はし」をもってく日です。 きれいにあらったはしを、わすれないようにもってきましょう。		
		3日(月)	文化の日				4日 5日 7日 11日 12日 18日 19日 21日 25日 26日 28日		
		12日(水)	マイプロDay (1年生・2年生・複式I組は、学校休み)						
		14日(金)	1年生～4年生は、一日遠足(弁当持参)						
		20日(木)～21日(金)	5年生・複式III組(5年生)は、自然教室、6年生単複交流						
		23日(日)	勤労感謝の日						
		24日(月)	振替休日						
		28日(金)	5年生・複式III組(5年生)は、天降川見学(弁当持参)						