



徳島市小学校給食予定献立表

令和5年11月分

徳島市教育委員会

日	曜	献立内容		材 料 名 (食 品 名)		
				赤 血や肉や骨に なるもの	緑 体の調子を 整えるもの	黄 働く力や熱に なるもの
1	水	ごはん	牛乳	チリソース煮 まめっこサラダ マヨネーズ	牛乳 とり肉 いか えび うずら卵 黄大豆 青大豆 てぼう豆 金時豆 ツナ	たけのこ たまねぎ にんじん えだまめ にんにく しょうが きゅうり マヨネーズ
2	木	ごはん ひじきのり	牛乳	野菜いため 揚げぎょうざ	牛乳 ひじきのり 豚肉 いか ぎょうざ	しょうが キャベツ たまねぎ にんじん さやいんげん ヤングコーン
6	月	ごはん	牛乳	クロquette ポイルキャベツ ウスターソース 五目スープ	牛乳 とり肉 とうふ	キャベツ たまねぎ にんじん ねぎ とうもろこし
7	火	ごはん	牛乳	すきやき きゅうりのかおりつけ	牛乳 牛肉 焼き豆腐	こんにゃく たまねぎ にんじん はくさい 長ねぎ きゅうり
8	水	ごはん	牛乳	さばのみそ煮 大豆入りきんぴらごぼう	牛乳 さば 赤みそ 豚肉 大豆 ちくわ	しょうが たまねぎ ごぼう こんにゃく にんじん たけのこ グリンピース
9	木	(麦ごはん)	牛乳	きのこもりもりチキンカレー フルーツゼリーミックス	牛乳 とり肉 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん 生しいたけ しめじ まいたけ にんにく みかん 黄桃 パイン
10	金	バス遠足のため弁当				
13	月	ごはん	牛乳	とり肉のからあげ ミニトマト 中華スープ	牛乳 とり肉 ベーコン とうふ わかめ	しょうが ミニトマト たまねぎ にんじん
14	火	ごはん	牛乳	うま煮 ごまあえ ヨーグルト	牛乳 豚肉 厚揚げ さつまボール ヨーグルト	にんじん こんにゃく えだまめ はくさい
15	水	(ごはん)	牛乳	親子丼 すだち酢あえ ミックスナッツ	牛乳 とり肉 かまぼこ 卵 ちりめん	にんじん たまねぎ 干しいたけ ねぎ キャベツ 小松菜 すだち酢
16	木	徒歩遠足のため弁当				
17	金	徳島県統一研究大会のため臨休				
20	月	ごはん	牛乳	いわしの甘露煮 菜っ葉あえ 切り干し大根の炒め煮	牛乳 いわしの甘露煮 とり肉 さつまあげ	キャベツ 菜めしの素 切り干し大根 干しいたけ にんじん さやいんげん
21	火	ごはん	牛乳	豆腐のかわりあげ ケチャップ ふしめん汁	牛乳 とうふ ツナ ひじき 卵 脱脂粉乳 かまぼこ わかめ	ねぎ しょうが たまねぎ にんじん 干しいたけ
22	水	ごはん	牛乳	肉じゃが おひたし パワフルチーズ	牛乳 豚肉 ちくわ 花かつお チーズ	にんじん たまねぎ こんにゃく えだまめ はくさい
24	金	コッペパン チョコレートパテ	牛乳	マカロニのクリーム煮 えだまめサラダ ごまドレッシング	牛乳 とり肉 えび	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース キャベツ えだまめ とうもろこし ごまドレッシング
27	月	ごはん	牛乳	厚焼き卵 ゆかりづけ ひじきのいため煮	牛乳 厚焼き卵 とり肉 ひじき がんもどき 大豆	キャベツ ゆかり こんにゃく にんじん さやいんげん
28	火	(玄米ごはん)	牛乳	キムチ丼 春巻き	牛乳 豚肉 春巻き	キムチ しょうが もやし はくさい にら たまねぎ にんじん にんにく
29	水	ごはん	牛乳	じゃがいもと厚揚げのそぼろ煮 きゅうりの土佐あえ	牛乳 豚肉 厚揚げ ちくわ 花かつお	しょうが にんじん たまねぎ えだまめ きゅうり レモン汁
30	木	ごはん ふりかけ(穀物)	牛乳	さわらのすだち風味 さつま汁	牛乳 さわら 豚肉 とうふ 赤みそ 白みそ	すだち酢 にんじん ごぼう ねぎ