



桜井市立学校給食センター
Tel. 0744-44-2200

令和6年11月分 小学校給食予定献立表

毎月19日は「食育の日」 ☆みんなですすめる『食育の"わ"』

○行事等により、給食を提供しない日もあります。
学校からの案内をご確認ください。

1 日 (金)					
平均栄養摂取量			コッペパン 牛乳 パリツォーネ パリツォーネ 揚げ油 ほうれん草のソテー カットベーコン ほうれん草 たまねぎ スープストック こしょう 炒め油 コーンポタージュ 鶏肉 ホールコーン クリームコーン にんじん たまねぎ むき枝豆 白いんげんペースト マーガリン 小麦粉 無調整豆乳 スープストック こしょう		きいろ あか きいろ きいろ あか みどり みどり あか みどり みどり あか きいろ きいろ あか みどり あか
栄養価	小学校				
エネルギー	669kcal				
たんぱく質	27.8 g				
脂質	摂取エネルギーの28.4 %				
食べものの3つの働き					
赤	おもにからだをつくる食品				
黄	おもに熱や力のもとになる食品				
緑	おもにからだの調子をととのえる食品				

文化の日の
振替休日

この週は、奈良県産の食材が
たくさんとうじょうします！
マークがついている食材が
奈良県産を使う予定だよ！！

今日の給食目標

感謝して、食べよう！！

11月23日は勤労感謝の日です。
毎日の食事は、生き物の命や自然の恵みをはじめ、多くの人の支えによって成り立っています。
心を込めて「いただきます」や「ごちそうさま」のあいさつをし、食事を大切にいただきます。

今日の奈良県産

こめ 米粉パン ・ かぼちゃとやまとポークのひき肉フライ ・ 豚肉 ・ 錦糸たまご ・ こまつな
奈良のソテードオニオン ・ 大和まなの漬物 ・ 奈良の大根キムチ ・ しめじ ・ 青ねぎ
はくたく ・ 柿 ・ 奈良のみかんジャム ・ こんにやく(県内製造)

今日の桜井市産

桜井の春雨 ・ 三輪そうめん

4 日 (月)	5 日 (火)	6 日 (水)	7 日 (木)	8 日 (金)
白ごはん 牛乳 根菜ハンバーグ 根菜ハンバーグ 三温糖 こいくちしょうゆ 本みりん 料理酒 でんぶん 卵の花 乾燥おから 鶏ひき肉 青ねぎ きざみこんにやく にんじん こいくちしょうゆ 三温糖 液体こんぶだし もずくのみど汁 もずく 冷凍豆腐 カットうす揚げ にんじん たまねぎ 青ねぎ みそ 削り節パック	コッペパン 牛乳 鶏肉のレモンソース 鶏肉のでんぶん付き 揚げ油 三温糖 レモン果汁 こいくちしょうゆ ジャーマンポテト じゃがいも たまねぎ カットウイナー すりおろしにんにく スープストック 乾燥パセリ 炒め油 秋野菜スープ 鶏肉 にんじん たまねぎ エリンギ しめじ こまつな スープストック こしょう うすくちしょうゆ	素ごはん 白ごはん 大麦 牛乳 根菜カレー 豚肉 れんこん さがきごぼう じゃがいも たまねぎ にんじん すりおろしにんにく しょうが ソテードオニオン 白いんげんペースト ローリエ トマトケチャップ スープストック カレーウ1 カレーウ2 キャロットラペ にんじん たまねぎ イタリアンドレッシング ヨーグルト(直送) ヨーグルト	コッペパン ジョア ポテトカッスグラタン ポテトカッスグラタン(かぼちゃ味) ナチュラルチーズ 切干大根のサラダ チキンフレーク水煮 切干大根 ホールコーン きゅうり にんじん こいくちしょうゆ 三温糖 ノンエッグマヨネーズ(調理用) ABCスープ カットベーコン にんじん たまねぎ むき枝豆 じゃがいも ABCマカロニ スープストック 食塩 こしょう うすくちしょうゆ 乾燥パセリ 11月8日は いい歯の日	
11 日 (月)	12 日 (火)	13 日 (水)	14 日 (木)	15 日 (金)
白ごはん 牛乳 ピビンバ 豚ひき肉 にんじん ぜんまい水煮 すりおろしにんにく こまつな 大豆もやし 錦糸たまご 本みりん 三温糖 こいくちしょうゆ 料理酒 ごま油 白いりごま 五目スープ 鶏肉だんご にんじん しめじ チンゲンサイ 青ねぎ しょうが 干しいたけ 鶏ガラだし(粉末) こしょう うすくちしょうゆ 大根キムチ 奈良の大根キムチ	奈良茶飯 白ごはん 奈良のほうじ茶 牛乳 かぼちゃとやまとポークのひき肉フライ 揚げ油 こまつなの炒め煮 平天 うすくちしょうゆ 液体かつおだし 三温糖 本みりん 炒め油 三輪しょうめん 三輪そうめん カットうす揚げ カットかまぼこ(もみじ) にんじん たまねぎ 青ねぎ 干しいたけ うすくちしょうゆ 本みりん 削り節パック	米粉パン 牛乳 鶏のオニオンソースかけ 鶏肉の切り身 奈良のソテードオニオン すりおろしにんにく しょうが 食塩 こしょう りんごピューレ こいくちしょうゆ 料理酒 三温糖 でんぶん 奈良漬けポテトサラダ じゃがいも たまねぎ にんじん 奈良漬け こしょう ノンエッグマヨネーズ(調理用) モロヘイヤスープ 豚肉 冷凍モロヘイヤ たまねぎ にんじん カットえのきたけ うすくちしょうゆ スープストック こしょう	白ごはん 牛乳 ハンバーグのきのこあんかけ ハンバーグ しめじ カットえのきたけ むき枝豆 本みりん うすくちしょうゆ 液体こんぶだし でんぶん 大和まなちいめん 大和まなの漬物 ちりめんじゃこ 白いりごま 三温糖 こいくちしょうゆ 本みりん 料理酒 はくたく はくたくうどん 鶏肉 カットかまぼこ にんじん たまねぎ 青ねぎ 干しいたけ カットうす揚げ うすくちしょうゆ 削り節パック 本みりん 料理酒 三温糖	食パン(2枚) 牛乳 スタミナカツ スタミナカツ 揚げ油 トマトケチャップ ウスターソース 三温糖 キャベツのソテー にんじん キャベツ こしょう スープストック うすくちしょうゆ 炒め油 桜井の春雨スープ 鶏肉 たまねぎ にんじん こまつな 桜井の春雨 うすくちしょうゆ スープストック 奈良のみかんジャム 奈良のみかんジャム(個袋)

