

11月の献立表



建国幼・小・中・高等学校

日付	献立	主な材料名
2日(月)	マーボー野菜 豆もやしとワカメのナムル マカロニ卵サラダ 吸物	豚ミンチ じゃが芋 玉ねぎ 茄子 人参 青ねぎ 豆もやし わかめ(国) マカロニ 人参 卵 素麺 青ねぎ
4日(水)	きつねうどん きのこと炊込みごはん 漬物	細うどん すし揚げ 色板 わかめ(国) 青ねぎ 出し昆布 しめじ 人参 干椎茸 うす揚げ 黄沢庵
5日(木)	白身魚の竜田揚げ ポテ卵サラダ フライビーンズ 味噌汁	骨なしホキ 片栗粉 土生姜 キャベツ じゃが芋 卵 人参 胡瓜 水煮大豆 白ごま 大根 うす揚げ
6日(金)	カレーコロッケ 春雨サラダ 青梗菜のナムル 味噌汁	じゃが芋 玉葱 合挽ミンチ 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ 春雨 胡瓜 人参 刻みハム 青梗菜 人参 花麩 青ねぎ
7日(土)	ハヤシライス 野菜サラダ	牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 しめじ ハヤシルー キャベツ 人参 胡瓜 卵
9日(月)	十六穀米 鶏肉のからあげ ナポリタンスパゲティー もやしのカレー和え 味噌汁	十六穀米 鶏もも肉 にんにく 土生姜 卵 キャベツ スパゲティー 玉葱 ピーマン 太もやし 人参 大根 青ねぎ
10日(火)	白身魚フライタルタル添え ポテトチーズ焼き もやしのナムル 大根のクリームスープ	骨なしホキ キャベツ 卵 パセリ(乾) じゃが芋 ミックスチーズ 人参 玉葱 太もやし 白ごま 大根 人参 玉葱 小松菜 クリームシチュールー 牛乳
11日(水)	木の葉丼 すいとんの豚汁	玉ねぎ 色板 うす揚げ 卵 青ねぎ 豚ばら肉 大根 人参 さつまい つきこん(国) 青ねぎ 小麦粉
12日(木)	鶏の照焼丼 豆腐サラダ 味噌汁	鶏もも肉 卵 紅生姜 土生姜 豆腐 胡瓜 わかめ(国) ちりめんじゃこ 小松菜 うす揚げ
13日(金)	タコライス 南瓜フライ 牛蒡サラダ 卵スープ	合挽肉 玉ねぎ キャベツ カレー粉 ケチャップ 玉ねぎ トマトホール缶 トマトペースト缶 南瓜 牛蒡(国) 人参 白ごま 卵 青ねぎ
16日(月)	豚丼 かき揚げ 味噌汁	豚肉 豚ばら肉 玉葱 土生姜 青ねぎ 南瓜 玉葱 青ねぎ 小麦粉 卵 大根 うす揚げ 青ねぎ
17日(火)	キムチチゲ れんこんの挟み揚げ	豚肉 白菜 玉ねぎ なら 大根 えのき茸 豆腐 白菜キムチ 鶏ガラスープ にんにく 土生姜 金平れんこん 鶏ももミンチ 玉ねぎ 土生姜 卵 小麦粉 卵 パン粉 白ごま
18日(水)	ブルコギ丼 さつまいの胡麻天 味噌汁	豚肉 豚バラ肉 玉葱 なら 太もやし 干椎茸 白ごま キャベツ さつまい 卵 黒ごま 小麦粉 大根 うす揚げ
19日(木)	キムチロールカツ スパゲティサラダ 大根のナムル 味噌汁	豚ロース薄切り肉 キムチ 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ スパゲティー 胡瓜 人参 卵 大根 白ごま 南瓜 うす揚げ
20日(金)	カレーライス イタリアンサラダ	牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 パーモンドカレールー ジャワカレールー インドカレールー キャベツ 胡瓜 パプリカ(赤) パプリカ(黄) サラダチーズ
21日(土)	散らし寿司 海老天わかめうどん	高野豆腐 人参 干椎茸 ちりめん さくらてんぷ 卵 刻みのり ピンク甘酢生姜 細うどん 海老小 色板 わかめ(国) 青ねぎ 出し昆布
24日(火)	《パン給食》 パン チキンカツ コロコロポテトサラダ ミネストローネ リンゴジュース	バターロール 鶏むね肉 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ じゃが芋 胡瓜 人参 卵 マカロニ 玉葱 人参 白菜 ピーマン トマトホール缶 リんごジュース
25日(水)	ビビンバ 竹輪の磯辺揚げ わかめスープ キムチ	牛ミンチ ぜんまい ほうれん草 人参 大根 胡瓜 豆もやし 卵 竹輪 小麦粉 卵 青のり粉 わかめ 白ごま 出し昆布 キムチ
26日(木)	ヤンニョンフィッシュ チャプチェ 白菜ナムル かき卵味噌汁	骨無しホキ にんにく 土生姜 白ごま キャベツ 韓国春雨 牛肉 玉ねぎ 干椎茸 人参 ピーマン 白菜 人参 白ごま 卵 青ねぎ
27日(金)	甘酢肉団子 フレンチポテト プリ辛ナムル 味噌汁	豚ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 玉ねぎ 人参 ピーマン 水煮筍 干椎茸 にんにく フレンチポテト 大根 人参 わかめ(国) キャベツ うす揚げ
30日(月)	十六穀米 二色鶏天 じゃが芋そぼろあんかけ 大根和風サラダ 味噌汁	鶏むね肉 青のり粉 小麦粉 卵 キャベツ じゃが芋 人参 玉葱 鶏ミンチ 土生姜 大根 ちりめんじゃこ 花かつお おつゆ麩 青ねぎ

都合により献立が変更になる場合があります。

こども園		
14日(土)	カレーピラフ イカ&オニオンフライのせ 野菜スープ	合挽ミンチ 玉葱 しめじ 人参 ピーマン カレー粉 バター ロールイカ 玉葱 小麦粉 卵 じゃが芋 玉葱 人参 (乾)パセリ
こども園		
28日(土)	醤油ラーメン キムチチャーハン	中華そば 焼豚 太もやし 青ねぎ 醤油ラーメンスープ 豚ミンチ 白菜キムチ 玉ねぎ 人参 卵 青ねぎ