



11月の予定献立表

給食委員会によるアンケート「給食人気メニュー」を取り入れました。今月は1年生の「人気ランキング」です。

平成29年度

今月は彩の国ふるさと学校給食月間です

志木市立志木第二小学校

日	曜	こんだてめい			エネルギー	たんぱく質	おもにからだをつくる	おもにねつやちからになる	おもにからだのちょうしを
		しゅしょく	のみもの	おかず	kcal	g	しょうひん(あか)	しょうひん(き)	ととのえるしょうひん(みどり)
1	水			めばるのにつけいそのかあえいもに(山形県)	570	28.9	ぎゅうにゅう めばるのり ぶたにく あかみそ しろみそ	こめ さんおんとう でんぶん さといも こんにゃく	しょうが こまつな キャベツ もやし にんじん ごぼう ねぎ
2	木			タンドリーチキン コーンクリームスープ	665	36.6	ぎゅうにゅう とりももにく ぶたにく ベーコン ウィンナー ヨーグルト なまクリーム	こめ あぶら バター	ピーマン あかピーマン パセリ たまねぎ ホールトマト にんにく しょうが ホールコーン
3	金	ぶんかのひ							
6	月			とりつくねバーグきのこソースがけ さわにわん ムース	647	30.3	ぎゅうにゅう とりひきにく とうふ ひじき ぶたにく	こめ でんぶん さんおんとう あぶら ムース	れんこん にんじん たまねぎ しょうが しめじ えのき だけのこ ぼんのうねぎ
7	火			みそかつどん(愛知県) (ヒレカツ・キャベツ・みそだれ) とうふとわかめのすましじる	613	27.6	ぎゅうにゅう ぶたにく あかみそ とうふ わかめ	こめ あぶら こむぎこ さんおんとう ごまあぶら なまパンこ ドライパンこ しろこま	にんにく キャベツ えのきたけ ねぎ
8	水			【校内持久走大会】 はくさいとさつまいものシチュー やさいのかりかりポテトのせ	687	24.5	ぎゅうにゅう とりむねにく チーズ	パン さつまいも こむぎこ じゃがいも あぶら バター	にんじん たまねぎ ぶなしめじ はくさい キャベツ もやし コーン
9	木			【いい歯の日献立】 れんこんのいそべあげ カルシウムたっぷりみそしる りんご1/4こ	606	23.6	ぎゅうにゅう とりひきにく だいず するめ えだまめ なまあげ あかみそ はちょうみそ あおのり	こめ あぶら さんおんとう しろこま こむぎこ	しょうが ねぎ ごぼう だいこん こまつな れんこん りんご
10	金			【市内音楽会】 4年生人気ランキング2位 ★きのこいりチキンカレー みかんゼリーポンチ 食塩相当量:1.9g	690	20	ぎゅうにゅう とりももにく	こめ むぎ じゃがいも こむぎこ ゼリー(みかん)	にんじん しょうが にんにく たまねぎ ぶなしめじ えのきたけ パイン缶 もも缶
13	月			とりのからあげネギソースがけ ミニトマト2こ じゃがいもとにらのみそしる	604	26.2	ぎゅうにゅう とりむねにく しろみそ あかみそ	こめ さんおんとう でんぶん あぶら じゃがいも	しょうが にんにく ねぎ ミニトマト だいこん しめじ にら
14	火	けんみんのひ							
15	水			1年生人気ランキング ★みそラーメンのつゆ ポテトとチーズのつつみあげ	751	27.2	ぎゅうにゅう ぶたひきにく あかみそ チーズ	ちゅうかめん じゃがいも こむぎこ あぶら ごまあぶら はるまきのかわ	にんじん にら しょうが にんにく もやし キャベツ ねぎ コーン
16	木			さばのしおやき ねぎぬた(深谷市) せんべいじる	641	31.4	ぎゅうにゅう とりひきにく あぶらあげ さば しろみそ とりにく	こめ こんにゃく あぶら さんおんとう なんぶせんべい	にんじん ごぼう ねぎ ほししいたけ ぶなしめじ さやいんげん
17	金			ゼリーフライ(行田市) てづくりひじきふりかけ かわしまごじる(川島町)	615	22.3	ぎゅうにゅう あぶらあげ おから とうふ しろみそ だいず とうにゅう ひじき しらすぼし	こめ あぶら こむぎこ しろこま じゃがいも	にんじん ゆかり こまつな ねぎ すいぎ だいこん
20	月			★シュガーあげパン3位 ★ワンタンスープ1位 てつぶんたっぷりサラダ	657	19.8	ぎゅうにゅう とりももにく ひじき ちりめんじゃこ	パン しょうはくとう グラニューとう あぶら ワンタンのかわ ごまあぶら オリーブゆ	にんじん ほうれんそう もやし はくさい ねぎ キャベツ コーン
21	火			さけのちゃんちゃんやき(北海道) にぼうとう(埼玉県) かき1/4こ	579	26.9	ぎゅうにゅう さけ しろみそ とりももにく とりにく あぶらあげ	こめ あぶら しょうはくとう バター ぼうとう さといも	キャベツ たまねぎ ピーマン にんじん かき しめじ ねぎ だいこん
22	水			ナポリタン はくさいとコーンのスープ ソフル(温州みかん&テコボン)	595	22.3	ぎゅうにゅう ウィンナー とりももにく ソフル	スパゲティ あぶら でんぶん オリーブゆ	にんじん ピーマン たまねぎ はくさい マッシュルーム コーン
23	木	きんろうかんしゃのひ							
24	金			【4年生社会科見学】 しゅうまい2こ ぶたにくとこんさいのにこみ	601	24.8	ぎゅうにゅう とりももにく とりむねにく あぶらあげ シューマイ ぶたにく	こめ あぶら さつまいも さんおんとう こんにゃく	にんじん さやいんげん しめじ ほししいたけ だいこん ごぼう はくさい
27	月			スパイスチキン こぶきいも せんぎりやさいのスープ 食塩相当量:2.0g	624	24.9	ジョア とりむねにく ぶたももにく	こめ あわ ひえ むぎ こむぎこ あぶら コーンスターチ	パセリ にんじん たまねぎ キャベツ
28	火			さんまのしょうがに キャベツとあおなごまじょうゆあえ だいこんとあぶらあげのみそしる	610	25.7	ぎゅうにゅう さんま こんぶ あぶらあげ あかみそ しろみそ	こめ さんおんとう しろこま	こまつな にんじん しょうが ねぎ キャベツ だいこん はくさい
29	水			にこみカレーうどん たいがくいも	621	20.8	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ	うどん さんおんとう カレーフレーク でんぶん さつまいも あぶら くらこま	にんじん こまつな たまねぎ ほししいたけ ねぎ
30	木			チキンのオープンやき わかめスープ	506	27.6	ぎゅうにゅう ぶたももにく とうふ とりにく わかめ	こめ さんおんとう あぶら ごまあぶら しろこま	にんじん たまねぎ にんにく しょうが ねぎ こまつな もやし コーン

●おはしは毎日もってきてください。●食材料等の都合により献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

