



徳島市小学校給食予定献立表

令和2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
2	月	ごはん 牛乳 和風ハンバーグ はくさいの付け合わせ ひじきのいため煮	牛乳 ハンバーグ とり肉 ひじき 厚揚げ 大豆	しょうが はくさい こんにゃく にんじん さやいんげん	精白米 強化米 さとう 白ごま 油
4	水	ごはん 牛乳 さばのゆずみそ煮 菜っ葉あえ 豚肉とごぼうの炒め煮	牛乳 さばのゆずみそ煮 豚肉 さつまあげ	大根 菜めしの素 ごぼうこんにゃく にんじん さやいんげん	精白米 強化米 さとう 油 白ごま
5	木	ごはん 牛乳 豆腐のかわりあげ ケチャップ すまし汁	牛乳 どうふ 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	精白米 強化米 油 でんぷん ふ
6	金	米粉入り 牛乳 全粒粉パン あさりのチャウダー 野菜サラダ オニオンドレッシング	牛乳 あさり ベーコン	たまねぎ にんじん パセリ キャベツ きゅうり とうもろこし	パン 全粒粉 じゃがいも ポタージュの素 油 オニオンドレッシング
9	月	ごはん 牛乳 さんまのすだちおろし煮 ゆかりづけ 切り干し大根の炒め煮	牛乳 さんまのすだちおろし煮 とり肉 さつまあげ	きゅうり ゆかり 切り干し大根 干しいたけ にんじん さやいんげん	精白米 強化米 さとう 油
10	火	ごはん 牛乳 のり佃煮 野菜コロッケ ピーナッツあえ	牛乳 いか のり佃煮	キャベツ 小松菜 にんじん	精白米 強化米 野菜コロッケ 油 ピーナッツ さとう
11	水	(麦ごはん) 牛乳 ハヤシライス ヨーグルトあえ	牛乳 豚肉 ヨーグルト	たまねぎ にんじん にんにく グリーンピース トマトピューレ みかん パイン 黄桃	精白米 強化米 押麦 じゃがいも 油 ハヤシルウ 生クリーム デミグラスソース
12	木	ごはん 牛乳 とうふの中華煮 ひじきサラダ 青じそドレッシング ミニフィッシュ	牛乳 どうふ えび 豚肉 ひじき ミニフィッシュ	たまねぎ にんじん 干しいたけ えだまめ にんにく キャベツ 小松菜	精白米 強化米 油 さとう でんぷん ごま油
13	金	米粉入りパン 牛乳 りんごジャム 白菜と肉だんごのスープ なると金時のすだち煮	牛乳 牛肉 豚肉 卵	しょうが ねぎ はくさい にんじん たけのこ すだち酢	パン りんごジャム でんぷん はるさめ さつまいも バター さとう
16	月	ごはん 牛乳 れんこんのはさみ揚げ ポイルキャベツ ウスターソース 徳島たっぷりみそ汁	牛乳 れんこんのはさみ揚げ 油揚げ わかめ 赤みそ 白みそ	キャベツ にんじん 生しいたけ 大根	精白米 強化米 油 さつまいも
17	火	(ごはん) 牛乳 親子丼 きゅうりとわかめの酢の物 パワフルチーズ	牛乳 とり肉 かまぼこ 卵 ちりめん わかめ チーズ	にんじん たまねぎ 干しいたけ ねぎ きゅうり キャベツ	精白米 強化米 さとう
18	水	ごはん 牛乳 はものから揚げ わかめ和え そば米汁	牛乳 はものから揚げ わかめごはんの素 とり肉 どうふ 油揚げ ちくわ	はくさい にんじん 干しいたけ ねぎ	精白米 強化米 油 そば米
19	木	ごはん 牛乳 黒毛和牛の焼肉 厚焼き卵	牛乳 牛肉 赤みそ 白みそ 厚焼き卵	たまねぎ チンゲンサイ キャベツ にんじん りんご にんにく	精白米 強化米 油 さとう 黒ごま ごま油
20	金	米粉入りパン 牛乳 チョコレートパテ ホークビーンズ 大根サラダ ゆずドレッシング	牛乳 大豆 金時豆 大福豆 豚肉 ベーコン	たまねぎ にんじん パセリ トマトピューレ 大根 きゅうり とうもろこし	パン チョコレートパテ じゃがいも 油 バター さとう 生クリーム
24	火	ごはん 牛乳 いわしのおかか煮 キャベツのあさりあえ みそけんちん汁	牛乳 いわしのおかか煮 あさりの佃煮 どうふ とり肉 油揚げ 赤みそ 白みそ	キャベツ 大根 にんじん ごぼう こんにゃく 小松菜	精白米 強化米 じゃがいも 油
25	水	ごはん 牛乳 八宝菜 揚げぎょうざ	牛乳 豚肉 えび いか うずら卵 ぎょうざ	しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ チンゲンサイ にんにく	精白米 強化米 油 ごま油 でんぷん
26	木	ごはん 牛乳 じゃがいもと厚揚げのそぼろ煮 おひたし プリン	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 キャベツ ほうれんそう	精白米 強化米 じゃがいも 油 さとう プリン
27	金	食パン 牛乳 カレーうどん ブロッコリーのサラダ マヨネーズ みかん	牛乳 豚肉 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん グリーンピース ブロッコリー とうもろこし みかん	パン うどん 油 カレールウ マヨネーズ
30	月	ごはん 牛乳 鮭の野菜カツ ポイルキャベツ ウスターソース 大豆入りきんぴらごぼう	牛乳 鮭の野菜カツ 豚肉 大豆 ちくわ	キャベツ ごぼう こんにゃく にんじん たけのこ さやいんげん	精白米 強化米 油 さとう 白ごま ごま油

パンについては、業務用のパンです。

☐は、「食育の日」の献立です。徳島県産の卵を使った「厚焼卵」と、徳島県産の黒毛和牛を使った「黒毛和牛の焼肉」です。

地元徳島のおいしい食材をしっかりと味わって食べてください。

今月も、新型コロナウイルス感染症に関する国の緊急経済対策の補助事業として、11/18に「はものから揚げ」、11/19に

「徳島県産黒毛和牛」を使います。