

令和7年度 給食予定表  
11月

月	火	水	木	金	土
					さばの味噌煮 ブロッコリーのおかか和え バナナ 麦茶 おせんべい 牛乳 エネルギー 650Kcal たんぱく質 21.9g 脂質 23.0g 炭水化物 94.8g 食塩相当量 1.4g
3	4	5	6	7	8
	和風スクランブルエッグ ささみサラダ ミネストローネ 麦茶 アメリカンドッグ 牛乳 エネルギー 566Kcal たんぱく質 28.1g 脂質 21.7g 炭水化物 69.4g 食塩相当量 1.9g	あさりとコーンのシチュー ポパイサラダ バナナ 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳 エネルギー 606Kcal たんぱく質 22.7g 脂質 20.3g 炭水化物 91.2g 食塩相当量 1.9g	お菓子詰め合わせ りんごジュース エネルギー 264Kcal たんぱく質 2.4g 脂質 5.1g 炭水化物 53.6g 食塩相当量 0.3g	ドライカレー ジャコと野菜のサワー漬け りんご 麦茶 焼き芋 牛乳 エネルギー 574Kcal たんぱく質 18.9g 脂質 16.3g 炭水化物 97.8g 食塩相当量 1.2g	パン・牛乳 バナナ おせんべい 牛乳 エネルギー 542Kcal たんぱく質 17.2g 脂質 18.4g 炭水化物 82.2g 食塩相当量 1.3g
10	11	12	13	14	15
ポークビーンズ まっくろくろすけサラダ バナナ 麦茶 米粉のメープルケーキ 牛乳 エネルギー 553Kcal たんぱく質 18.2g 脂質 13.3g 炭水化物 96.2g 食塩相当量 1.4g	白身魚フライ 切り干しとアサリの炒り煮 りんご 麦茶 コーンフレーク・牛乳 エネルギー 593Kcal たんぱく質 21.2g 脂質 13.7g 炭水化物 101.2g 食塩相当量 2.0g	親子丼 ほうれんそう胡麻和え 豆乳みそ汁 麦茶 ごへいもち 牛乳 エネルギー 585Kcal たんぱく質 23.9g 脂質 14.6g 炭水化物 94.8g 食塩相当量 1.6g	肉団子野菜あんかけ かぼちゃサラダ きのこのすまし汁 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳 エネルギー 543Kcal たんぱく質 22.4g 脂質 15.0g 炭水化物 86.6g 食塩相当量 2.2g	こぎつねごはん かじぼて焼き 大根のマリネ りんご フレンチトースト 牛乳 エネルギー 637Kcal たんぱく質 28.8g 脂質 26.8g 炭水化物 78.3g 食塩相当量 2.5g	パン・牛乳 牛乳 おせんべい 牛乳 エネルギー 575Kcal たんぱく質 20.2g 脂質 22.2g 炭水化物 80.3g 食塩相当量 1.4g
17	18	19	20	21	22
凍り豆腐のふわふわ煮 バンバンジー クラムスープ 麦茶 スイートポテト 牛乳 エネルギー 592Kcal たんぱく質 23.3g 脂質 22.0g 炭水化物 80.8g 食塩相当量 1.7g	ごはん ソーセージのラタトゥイユ ポテトスナックサラダ みかん コッペパン 牛乳 エネルギー 597Kcal たんぱく質 17.4g 脂質 22.2g 炭水化物 87.4g 食塩相当量 2.0g	さばのごま照り焼き 変わりきんぴら みそ汁 麦茶 くろみつバナナ 牛乳 エネルギー 606Kcal たんぱく質 22.2g 脂質 24.9g 炭水化物 78.7g 食塩相当量 1.6g	ピザバーグ キャベツさらだ みかん 麦茶 煮込みうどん 牛乳 エネルギー 572Kcal たんぱく質 25.9g 脂質 20.5g 炭水化物 78.3g 食塩相当量 1.8g	ツナカレー 小松菜とひじきの和え物 バナナ 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳 エネルギー 577Kcal たんぱく質 18.6g 脂質 15.9g 炭水化物 99.1g 食塩相当量 2.6g	から揚げ ブロッコリーごま和え 牛乳 麦茶 おせんべい 牛乳 エネルギー 610Kcal たんぱく質 23.2g 脂質 20.5g 炭水化物 88.4g 食塩相当量 1.1g
24	25	26	27	28	29
	鮭のちゃんちゃん焼き ひじき煮 りんご 麦茶 ドーナツ 牛乳 エネルギー 570Kcal たんぱく質 23.3g 脂質 12.9g 炭水化物 96.6g 食塩相当量 1.7g	ぎせい豆腐 揚げじゃがとブロッコリーのサラ 大根の味噌汁 麦茶 おにぎり 牛乳 エネルギー 638Kcal たんぱく質 21.7g 脂質 20.6g 炭水化物 98.3g 食塩相当量 1.9g	すきやき風煮 切干ナムル みかん 麦茶 ツナパン 牛乳 エネルギー 610Kcal たんぱく質 26.4g 脂質 19.2g 炭水化物 87.9g 食塩相当量 1.9g	照り焼きつくね おいもとおまめのサラダ みかん 麦茶 ぼりぼり小魚 牛乳 エネルギー 658Kcal たんぱく質 28.7g 脂質 21.5g 炭水化物 95.0g 食塩相当量 1.7g	野菜コロッケ ごぼうサラダ バナナ 麦茶 おせんべい 牛乳 エネルギー 575Kcal たんぱく質 13.0g 脂質 15.4g 炭水化物 101.0g 食塩相当量 0.8g