

令和7年 11月 ようちえん 給食献立表

北部共同調理場(電話:269-7082)

日	曜	こ ん だ て め い			食 品 の は た ら き						栄養価 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) しじょう(g) えんぶん(g)			
					おもにエネルギーの もとになる食品 (きいろ)		おもにからだをつくる もとになる食品 (あか)		おもにからだのちようしを ととのえるもとになる食品 (みどり)					
		食材等の都合により献立がかわることがあります。												
4	火	ココア パン	牛乳	パリツオーネ ブロッコリーとツナのサラダ コーンスープ	パン じゃがいも	油 ドレッシング	パリツオーネ まぐろ ベーコン	牛乳	ブロッコリー にんじん	キャベツ コーン たまねぎ	529 20.7 20.2 2.3			
5	水	ごはん	牛乳	とりにく 鶏肉のうま煮 昆布あえ みそけんちん汁	ごはん さとう はるさめ でんぶん さといも	油 ごま油	とり肉 ちくわ 油あげ とうふ みそ	牛乳 こんぶ	にんじん	たまねぎ キャベツ ねぎ だいこん きゅうり ごぼう こんにやく しょうが にんにく	440 18.6 16.3 2.2			
6	木	ごはん	牛乳	にくだんご 肉団子のケチャップソース おひたし たんたん 坦タスープビーフン入り	ごはん ビーフン さとう	ごま ごま油	肉だんご ぶた肉 豆乳 みそ	牛乳	こまつな	キャベツ もやし たまねぎ はくさい ねぎ にんにく しょうが	418 17.6 15.2 1.8			
7	金	うどん	牛乳	じゃがそば 肉まん ほうれん草のごまあえ きつねうどん汁 グレープゼリー	うどん さとう じゃがいも ゼリー	ごま 油	ぶた肉 油あげ	牛乳	ほうれんそう にんじん	もやし たまねぎ しいたけ ねぎ	574 20.6 19.3 3.0			
10	月	こめっこ ばん	牛乳	ハンバーグ トマトソースかけ イタリアンサラダ ラビオリスープ	パン さとう	油 ドレッシング	ハンバーグ ラビオリ	牛乳	赤ピーマン にんじん	たまねぎ きゅうり キャベツ コーン だいこん	536 23.6 22.4 2.6			
11	火	ごはん	牛乳	かぼちゃ ひき肉 フライ のり酢あえ 鶏だんご汁	ごはん さとう	油 ごま油	ぶた肉 とりつみれ とうふ みそ	牛乳 のり	ほうれんそう にんじん かぼちゃ	もやし だいこん ねぎ こんにやく	520 17.8 22.0 1.9			
12	水	ごはん	牛乳	しゅうまい(2) はつぼうさい 八宝菜 さんしよく 三色サラダ	ごはん でんぶん	油 ごま油 ドレッシング	しゅうまい ぶた肉 なると うずら卵 いか	牛乳	にんじん	きゅうり もやし しょうが はくさい たまねぎ にんにく たけのこ しいたけ	472 19.6 17.7 1.9			
13	木	ごはん	牛乳	さば しおや 塩焼き ひじきの五目煮 きのこすいとん	ごはん さとう すいとん	油	さば 油あげ ぶた肉 さつまあげ	牛乳 ひじき	にんじん	はくさい ねぎ しめじ しいたけ こんにやく ごぼう	562 23.5 24.0 2.6			
14	金	むぎ 麦ごはん	牛乳	ピーンズカレー チーズサラダ アセロラゼリーミニ	麦ごはん じゃがいも ゼリー	油 ドレッシング	ぶた肉 ひよこ豆	牛乳 チーズ	にんじん	たまねぎ キャベツ コーン きゅうり しょうが にんにく	527 17.5 18.4 2.0			
17	月	ごはん	牛乳	あじフライ ソースかけ とん じり 豚汁 こうみ 香味づけ	ごはん さとう じゃがいも	ごま 油	あじフライ ぶた肉 とうふ みそ	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり だいこん ごぼう ねぎ こんにやく	470 20.8 17.2 2.2			
18	火	パンズ パン	牛乳	カレー焼き そば ヨーグルトあえ ABCスープ	パン 焼そば マカロニ	油	ぶた肉 ベーコン うずら卵	牛乳 ヨーグ ルト	にんじん	たまねぎ キャベツ もやし パイン もも コーン	571 20.4 20.7 1.9			
19	水	ごはん	牛乳	わかどり 若鶏のから揚げ(2) いなかにゅう 田舎汁 あ はるさめ 春雨サラダ	ごはん さとう でんぶん はるさめ じゃがいも	油 ごま油	とり肉 みそ 油あげ 凍り豆腐	牛乳	にんじん	きゅうり だいこん もやし ねぎ しょうが	554 23.1 24.7 2.1			
20	木	ごはん	牛乳	きのこ ストロガノフ コーンサラダ とうにゅう 豆乳プリン	ごはん さとう じゃがいも 豆乳プリン	油 バター ドレッシング	ぶた肉	牛乳	にんじん	たまねぎ エリンギ キャベツ きゅうり コーン にんにく しめじ	486 14.8 17.1 1.8			
21	金	ごはん	牛乳	みそだれ 焼肉 やきにく かいそう 海藻サラダ ワンタンスープ	ごはん さとう でんぶん ワンタンの皮	油 ドレッシング	ぶた肉 みそ なると	牛乳 海藻	にんじん こまつな	たけのこ たまねぎ きゅうり もやし しょうが はくさい しいたけ にんにく	430 20.0 14.2 2.0			
25	火	わかめ ごはん	牛乳	あかうお 赤魚 さいきようや 西京焼き しお 塩こうじあえ とん じり tonton汁	ごはん すいとん	バター	赤魚 ぶた肉 とうふ 油あげ ミートボール みそ	牛乳 わかめ	にんじん	キャベツ もやし しょうが だいこん たまねぎ ねぎ しめじ こんにやく	442 22.0 13.2 2.5			
26	水	ラーメン	牛乳	キャラメル揚げパン パンバンジーサラダ しょうゆラーメンスープ	ラーメン パン さとう	油 ドレッシング	とり肉 ぶた肉 なると	牛乳 わかめ	にんじん	キャベツ きゅうり ねぎ たまねぎ にんにく	515 22.6 15.1 3.1			
27	木	くろまい 黒米 行事食 ごはん	牛乳	だし巻きたまご ま 大根のあさづけ まいばし 麦豚すきやき さつまいもデザート	黒米ごはん さとう さつまいも		たまご ぶた肉 とうふ	牛乳	にんじん	だいこん きゅうり ねぎ はくさい しめじ しらたき	534 20.7 14.7 1.7			
28	金	ゆめ ロール	ジョア	チキンのマスタートド焼き わかめサラダ クリームシチュー	パン じゃがいも	油 ドレッシング	とり肉 ぶた肉	ジョア 牛乳 わかめ	にんじん	だいこん きゅうり たまねぎ コーン	486 22.6 17.6 2.3			
☆()の数は もりつけ数です。										11月23日は勤労感謝の日です。 作物の実りの収穫を喜び、感謝をする行事がたくさんありますね。		行事食	月平均栄養量	504 20.4 18.3 2.2

11月23日は勤労感謝の日です。
作物の実りの収穫を喜び、感謝をする行事がたくさんありますね。

行事食

前橋市は全国トップクラスの豚肉の生産地で、「まえばし麦豚」は麦を多く含んだ飼料をあたえて肉の臭みを抑え、脂肪分に甘みがある肉です。
また、群馬県ではこんにやく芋の生産量が日本一です。
行事食の「まえばし麦豚すきやき」には、前橋産の「麦豚」とこんにやく芋から出来た「しらたき」も使用しています。

この「まえばし麦豚すきやき」も作物を作ってくださったみなさんや調理して下さったみなさんに感謝して、いただきます。

【今月の前橋産の食材】

米 きゅうり にんじん
ねぎ こまつな など

