

令和7年度



11月分 給食献立表

大田区立志茂田小学校

日	曜	献立	栄養量(中学年)	
			エネルギー kcal	たん白質 g
4	火	あきのかおりごはん ギョウにゅう ごまあえ つみれじる くだもの	579	23.7
5	水	ごはん ゆかりじゃこふりかけ ギョウにゅう にくじゃがに あまずあえ	577	21.2
6	木	♪11月バースデー給食♪ スパゲティみそミートソース ギョウにゅう こんぶサラダ かぼちゃのケーキ	642	24.9
7	金	きなこあげパン ギョウにゅう おだんごスープ オニオンドレッシングサラダ	572	25.0
10	月	ごはん ギョウにゅう やきざかな とんじる みかんゼリー	593	27.0
11	火	マーボーやきそば ギョウにゅう あおのりビーンズポテト くだもの	604	25.9
12	水	むぎごはん ギョウにゅう きのこメンチカツ キャベツのおかかあえ とうふのみそしる	628	25.2
13	木	こうやどうふのそぼろどん ギョウにゅう どさんこじる いそあえ	582	25.0
14	金	カレードック ギョウにゅう ABCスープ コールスローサラダ	584	23.0
15	土	ビビンバ ギョウにゅう たまごいりチゲスープ	573	24.3
18	火	じゃこわかめごはん ギョウにゅう さかなのステーキソース だいこんサラダ みそけんちんじる	596	28.0
19	水	きんぴらごはん ギョウにゅう ちぐさやき みそしる	605	27.3
20	木	てりやきチキンバーガー ギョウにゅう ヌードルスープ	611	28.7
21	金	ごもくうどん ギョウにゅう たこべったん くだもの	623	25.9
25	火	♪和食の日給食(11月24日:いいにほんしょくのひ)♪ ごはん ギョウにゅう さかなのみそにふう おひたし のっぺいじる	570	26.7
26	水	たまごいりチャーハン ギョウにゅう ぼうぎょうざ はるさめスープ	597	23.3
27	木	チキンカレーライス ギョウにゅう かいそうサラダ くだもの	629	20.0
28	金	ヨーグルトフレンチトースト ギョウにゅう ポトフ パリパリサラダ	555	22.7



まいにち、ランドセルにマスクを2まい入れておきましょう！
ハンカチ・ティッシュ・ランチョンマットもかならずもってくるよ！