[詳 細 献 立 表]

2026年11月 1日 ～ 2026年11月30日

船橋市立船橋小学校　　2026-10-07 印刷

11月 2日(月)		11月 4日(水)		11月 5日(木)		11月 6日(金)		11月 9日(月)	
献立名／食品名	g	献立名／食品名	g	献立名／食品名	g	献立名／食品名	g	献立名／食品名	g
【牛乳】		**【牛乳】**		**【牛乳】**		**【牛乳】**		**【牛乳】**	
牛乳（飲）	206.00	牛乳（飲）	206.00	牛乳（飲）	206.00	牛乳（飲）	206.00	牛乳（飲）	206.00
【白飯】		**【チャーハン】**		**【テーブルロール】**		**【ご飯】**		**【ガパオライス】**	
水稲穀粒(精白米)	75.00	水稲穀粒(精白米)	65.00	テーブルロール　50g	81.00	水稲穀粒(精白米)	75.00	水稲穀粒(精白米)	62.00
強化米	0.22	強化米	0.21	強力粉(１等)	44.00	強化米	0.22	清酒(上撰)	1.00
水	101.20	水	91.00	水稲穀粒(精白米)	5.00	水	101.25	水	101.50
清酒(上撰)	1.10	サラダ油	1.40	小麦たんぱく(粉末状)	1.00	清酒(上撰)	1.00	白麦 米粒麦	6.00
		焼き豚　0.8cm角	10.00	イースト	1.25	**【カリカリがんも】**		豚もも皮下脂肪なし挽肉	13.00
【生揚げのチリソース炒め】		とうもろこし缶詰(ﾎｰﾙ)	10.00	イーストフード	0.05	木綿豆腐　押し50%	35.00	若鶏肉モモ(皮なし)挽肉	13.00
生揚げ　1/2　細長	62.00	サラダ油	0.80	上白糖	6.00	このしろ　すり身	8.00	清酒(上撰)	0.30
豚ばら脂身つき　小間	7.00	たけのこ(水煮缶詰)	10.00	食塩	0.75	干ひじき(ｽﾃﾝﾚｽ釜、乾)	0.20	マメプラスM	1.00
清酒(上撰)	0.80	にんにく(りん茎)	0.38	ファットスプレッド	4.00	吸水	2.24	大豆(国産､乾)	2.50
しょうが	0.50	ねぎ	10.00	ソフトタイプマーガリン	2.50	にんじん	5.00	にんにく(りん茎)	0.40
玉葱	15.00	にんじん	8.00	脱脂粉乳	1.50	ごぼう	2.00	しょうが	0.40
はくさい	10.00	レンズまめ(乾)	3.00	水	14.95	えだまめ　冷凍	4.80	玉葱	30.00
こまつな	23.00	干し椎茸　菌床	0.70			ながいも	3.00	サラダ油	0.40
たけのこ(水煮缶詰)	8.00	吸水	1.89	**【ポテトグラタン】**		しょうが	0.20	にんじん	6.00
きくらげ(乾)	0.39	こまつな	17.50	じゃがいも	40.00	ごま(ねり・白)	1.00	たけのこ(水煮缶詰)	8.00
にんじん	8.00	食塩　いそしお	0.35	白こしょう	0.02	でんぷん	1.50	エリンギ	3.00
ごま油	0.20	白こしょう	0.02	若鶏肉モモ(皮付き)1cm角	13.50	上白糖	0.40	青ピーマン	2.00
トウバンジャン	0.10	うすくちしょうゆ	1.50	白ワイン	0.90	食塩　いそしお	0.13	黄ピーマン	2.00
にんにく(りん茎)	0.20	ごま油	0.50	にんじん	5.00	こいくちしょうゆ	0.65	オイスターソース	1.60
しょうが	0.35	サラダ油	1.50	玉葱	25.00	薄力粉	1.50	こいくちしょうゆ	2.00
ねぎ	6.00	ごま(いり) 白	1.30	マッシュルーム(水煮缶詰)	4.50	コーンフレーク	12.00	三温糖	0.06
三温糖	0.85			ブロッコリー(ゆで)	8.00	大豆油	5.00	トウバンジャン	0.05
こいくちしょうゆ	3.80	**【あんかけ卵焼き】**		サラダ油	0.54			食塩	0.02
食塩　いそしお	0.17	たまご　2Lｻｲｽﾞ	40.00	食塩　いそしお	0.09	**【いかと里芋の煮物Ｙ】**		白こしょう	0.01
本みりん	0.50	にんじん	4.40	白こしょう	0.01	いか　短冊	10.00	ナンプラー	0.18
でんぷん	0.60	玉葱	7.04	水	9.00	さといも	33.00	ごま油	0.30
水	1.20	干ひじき(ｽﾃﾝﾚｽ釜、乾)	0.28	低脂肪乳	18.90	にんじん	15.00	水	5.00
清酒(上撰)	2.50	ほたてがい	2.00	豆乳	18.90	だいこん	38.00	ブイヨン用手羽	0.37
トマトケチャップ	7.50	あさり(缶詰､水煮)	2.00	薄力粉(２等)	4.50	サラダ油	0.80	清酒(上撰)	0.30
中濃ソース	1.00	ぎんなん(ゆで)	2.00	有塩バター	4.50	こいくちしょうゆ	3.51	しょうが(香味)	0.30
		えだまめ　冷凍	4.40	食塩　いそしお	0.15	清酒(上撰)	1.60	ねぎ(香味)	0.80
【ナムル(大根)】		食塩	0.03	プロセスチーズ　粉	1.80	本みりん	0.80	**【魚のクラッカー焼き】**	
ﾌﾞﾗｯｸﾏｯﾍﾟもやし	8.00	上白糖	1.10	ハードビスケット（乳・卵不使用）	1.00	三温糖	1.29	バサ	50.00
キャベツ	17.00	こいくちしょうゆ	0.88	グラタン皿	0.90	でんぷん	0.64	白ワイン	1.00
こいくちしょうゆ	0.20	清酒(上撰)	0.18			水	0.32	白こしょう	0.02
湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)	1.82	サラダ油	0.60	**【秋野菜のスープ】**		さやいんげん(ゆで)	4.50	玉葱	8.00
だいこん	12.00	水	13.20	ベーコン	2.20	水	14.00	にんじん	5.00
にんじん	4.00	削り節（だし用）	0.18	若鶏肉モモ(皮付き)千切	5.00	削り節（だし用）	0.80	パセリ	0.30
板なしかまぼこ(たら)	4.00	こいくちしょうゆ	0.80	にんじん	7.00	**【若芽ときゅうりの酢の物】**		米みそ(淡色辛みそ)	2.00
こいくちしょうゆ	2.22	食塩	0.08	玉葱	15.00	湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)	4.40	エッグフリーマヨネーズ	7.00
上白糖	0.32	上白糖	0.30	えのきたけ	3.00	水	0.00	ごま(ねり・白)	2.20
食塩　いそしお	0.05	清酒(上撰)	0.53	キャベツ	20.00	きゅうり	27.50	ハードビスケット（乳・卵不使用）	4.30
サラダ油	1.60	でんぷん	0.88	こまつな	13.00	こまつな	5.00	**【春雨スープ】**	
とうがらし(粉)　七味	0.02	水	1.50	食塩　いそしお	0.70	食塩　いそしお	0.06	緑豆はるさめ	3.00
ごま(ねり・白)	1.50			白こしょう	0.03	しらす干し(微乾燥品)	1.70	えのきたけ	2.00
		【ビーフンカレーソテー】		サラダ油	0.60	穀物酢	3.69	にんじん	7.00
【いりこビーンズ】		ベーコン　千切り	1.92	水	95.00	上白糖	1.40	こまつな	18.00
ちりめんじゃこ	5.00	豚かた皮下脂肪なし千切り	9.00	ブイヨン用手羽	6.00	こいくちしょうゆ	2.21	玉葱	9.00
いり大豆(黄大豆)	5.00	玉葱	13.00	にんじん(香味)	1.00	ごま油	1.00	ﾌﾞﾗｯｸﾏｯﾍﾟもやし	13.00
上白糖	0.50	にんじん	9.60	玉葱(香味)	2.00	ごま(いり) 白	0.30	めかぶわかめ	1.00
こいくちしょうゆ	0.30	キャベツ	18.00	ローリエ	0.01			若鶏肉モモ(皮付き)千切	5.00
本みりん	0.30	サラダ油	0.80			**【温州みかん】**		清酒(上撰)	0.70
ごま(いり) 白	0.20	食塩　いそしお	0.40	**【バナナ】**		みかん　M	20.00	白こしょう	0.01
		カレー粉	0.16	バナナ(本)　大	60.00			水	105.00
		ビーフン	12.00					ブイヨン用手羽	3.00
		吸水	19.20					ねぎ(香味)	2.00
		青ピーマン	5.00					しょうが(香味)	1.00
								清酒(上撰)	1.00
		【りんご】						食塩　いそしお	0.55
		りんご	35.00					白こしょう	0.02
								ごま油	0.50
								でんぷん	1.00
								こいくちしょうゆ	1.60
								【オレンジ】	
								オレンジ	26.00

[詳 細 献 立 表]

2026年11月 1日 ～ 2026年11月30日

船橋市立船橋小学校　　2026-10-07 印刷

11月10日(火)		11月11日(水)		11月12日(木)		11月13日(金)		11月16日(月)	
献立名／食品名	g	献立名／食品名	g	献立名／食品名	g	献立名／食品名	g	献立名／食品名	g
【牛乳】		**【牛乳】**		**【牛乳】**		**【牛乳】**		**【牛乳】**	
牛乳（飲）	206.00	牛乳（飲）	206.00	牛乳（飲）	206.00	牛乳（飲）	206.00	牛乳（飲）	206.00
【白飯】		**【五目やきそばかき油】**		**【ご飯】**		**【りんごｼﾞｬﾑｻﾝﾄﾞ】**		**【ワカメごはんY】**	
水稲穀粒(精白米)	75.00	蒸し中華めん	73.00	水稲穀粒(精白米)	71.00	給食用 コッペパン　50g	74.00	水稲穀粒(精白米)	75.00
強化米	0.22	サラダ油	2.20	強化米	0.37	強力粉(１等)	44.00	強化米	0.22
水	101.20	豚ばら脂身つき　小間	11.00	水	98.50	水稲穀粒(精白米)	5.00	水	105.00
清酒(上撰)	1.10	清酒(上撰)	1.00	清酒(上撰)	1.00	小麦たんぱく(粉末状)	1.00	清酒(上撰)	1.10
		本みりん	1.00			イースト	1.25	しらす干し(微乾燥品)	4.50
【さんまのかば焼き風】		サラダ油	0.50			イーストフード	0.05	ごま(いり)	1.10
さんま　開き30ｇ	30.00	干し椎茸　菌床	0.50	**【さばのオレンジ煮Ｆ】**		上白糖	2.50	花むすび	1.50
さんま　開き40ｇ	0.00	きくらげ(乾)	0.50	まさば　40g	0.00	食塩	0.80		
しょうが	0.80	水	0.00	まさば　50g	50.00	ファットスプレッド	4.00	**【菊花蒸し】**	
こいくちしょうゆ	2.40	たけのこ(水煮缶詰)	10.00	水	9.00	脱脂粉乳	1.50	豚もも脂身つき挽肉	27.00
清酒(上撰)	0.80	玉葱	10.00	三温糖	4.40	水	13.90	木綿豆腐　押し50%	5.00
でんぷん	5.60	にんじん	15.00	こいくちしょうゆ	5.80	りんご　紅玉	15.00	おから(新製法)	4.50
薄力粉(２等)	0.80	キャベツ	25.00	本みりん	2.64	りんご	10.00	大豆(国産､乾)	1.58
大豆油	2.00	こまつな	10.00	清酒(上撰)	0.96	上白糖	6.00	でんぷん	1.79
こいくちしょうゆ	2.40	しょうが	0.50	しょうが(香味)	0.44	シナモン	0.03	ねぎ	9.45
上白糖	2.00	ねぎ	2.00	ねぎ(香味)	0.88	レモン果汁	0.50	にんじん	6.30
水	6.40	サラダ油	1.60	ﾊﾞﾚﾝｼｱｵﾚﾝｼﾞ(ｽﾄﾚｰﾄｼﾞｭｰｽ)	5.00	**【鶏肉と大豆のカレー煮】**		干ひじき(ｽﾃﾝﾚｽ釜、乾)	0.58
本みりん	0.64	食塩　いそしお	0.24			大豆(国産､乾)	13.50	干し椎茸　菌床	1.05
でんぷん	0.24	白こしょう	0.03	**【蓮根の金平】**		ベーコン(無塩せき) 千切	0.90	吸水	2.84
水	0.48	清酒(上撰)	1.80	豚ばら脂身つき	5.00	若鶏肉モモ(皮付き)1cm角	9.00	しょうが	0.50
		こいくちしょうゆ	4.48	清酒(上撰)	0.25	白ワイン	0.09	ごま(ねり・白)	1.10
【肉じゃが】		オイスターソース	1.80	ごぼう	13.00	白こしょう	0.01	ごま油	0.11
豚もも皮下脂肪なし小間	8.00			穀物酢	0.00	にんにく(りん茎)	0.45	食塩　いそしお	0.35
清酒(上撰)	0.50	**【レバーとポテトの大和あえ】**		板こんにゃく黒つき	10.00	しょうが	0.45	上白糖	0.21
サラダ油	0.50	じゃがいも	36.00	にんじん	15.00	玉葱	40.50	でんぷん	2.10
板こんにゃく黒つき	7.00	にんじん	15.00	れんこん	18.00	にんじん	13.50	しゅうまいの皮　9cm	20.86
じゃがいも	50.00	大豆油	6.00	穀物酢	0.00	じゃがいも	40.50	こいくちしょうゆ	1.80
にんじん	18.00	豚レバー　1.5cm角	38.00	青ピーマン	10.00	マッシュルーム(水煮缶詰)	7.20	からし(粉)	0.32
玉葱	27.00	うすくちしょうゆ	0.31	サラダ油	0.50	青ピーマン	4.50		
水	10.00	しょうが	0.90	ごま油	0.30	有塩バター	0.27	**【鶏肉と大根のオイスターソース煮】**	
さやいんげん(ゆで)	5.00	清酒(上撰)	0.60	三温糖	0.65	サラダ油	0.27	若鶏肉モモ(皮付き)1.5角	11.00
サラダ油	0.60	でんぷん	2.00	清酒(上撰)	1.00	薄力粉(２等)	4.50	清酒(上撰)	2.38
三温糖	1.50	大豆油	4.50	本みりん	1.00	有塩バター	3.60	だいこん	50.00
こいくちしょうゆ	4.30	トマトケチャップ	6.00	食塩	0.04	カレー粉	0.12	生揚げ　1/2　細長	17.00
清酒(上撰)	1.50	中濃ソース	4.50	こいくちしょうゆ	2.41	食塩	0.27	にんじん	10.56
本みりん	1.00	上白糖	1.20	とうがらし(粉)　七味	0.01	ウスターソース	2.70	ねぎ	7.92
食塩	0.06	ごま(いり) 白	1.00			トマトケチャップ	1.53	しょうが	0.48
				【ごまみそ和えA】		トマトピューレ	7.20	こまつな	18.00
【納豆和え】		**【ヨーグルト和え(みかん・桃)】**		きゅうり	19.80	カレー粉	0.23	ブイヨン　コクがら	0.53
挽きわり納豆	12.00	ヨーグルト(全脂無糖)	40.00	こまつな	27.00	上白糖	0.45	本みりん	0.37
にんじん	8.00	みかん缶(果肉のみ)1号缶	15.00	にんじん	2.97	プロセスチーズ　ｼｭﾚｯﾄﾞ	1.80	こいくちしょうゆ	1.03
こまつな	28.00	もも(缶詰果肉)白桃ダイス	15.00	湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)	3.65	水	45.00	オイスターソース	3.50
キャベツ	7.00	黄桃ダイス	15.00	水	0.00	ブイヨン用手羽	1.80	ごま(いり) 白	1.00
えのきたけ	2.00	アロエ　シロップ漬	10.00	えのきたけ	2.70	ローリエ	0.01		
湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)	1.11	上白糖	1.20	板なしかまぼこ(たら)	4.50	玉葱(香味)	0.45	**【パインアップル】**	
こいくちしょうゆ	0.40	ｸﾘｰﾑ(乳脂肪･植物性脂肪)	3.00	ごま(いり) 白	2.00	にんじん(香味)	0.45	パイナップル　５玉	48.00
こいくちしょうゆ	2.20			米みそ(甘みそ)	1.98	**【かぶのサラダ】**			
からし(粉)	0.05			サラダ油	0.81	かぶ	10.00		
糸削り　花	0.50			穀物酢	0.81	にんじん	3.60		
ごま(いり) 白	1.00			こいくちしょうゆ	1.29	きゅうり	8.00		
				本みりん	0.81	レタス	5.00		
				食塩　いそしお	0.09	キャベツ	13.00		
				上白糖	0.90	かぶ(葉)	4.00		
						こまつな	5.00		
				【温州みかん】		まぐろ缶詰(油漬ﾌﾚｰｸﾎﾜｲﾄ)	5.00		
				みかん　Ｌ	27.00	湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)	1.82		
						サラダ油	3.30		
						穀物酢	1.70		
						食塩　いそしお	0.24		
						白こしょう	0.01		
						上白糖	0.40		
						からし(粉)	0.02		
						玉葱	2.40		
						ごま(ねり・白)	1.50		

[詳 細 献 立 表]

2026年11月 1日 ～ 2026年11月30日

船橋市立船橋小学校　　2026-10-07 印刷

11月17日(火)		11月18日(水)		11月19日(木)		11月24日(火)		11月25日(水)	
献立名／食品名	g	献立名／食品名	g	献立名／食品名	g	献立名／食品名	g	献立名／食品名	g
【牛乳】		**【牛乳】**		**【牛乳】**		**【茶めし】**		**【牛乳】**	
牛乳（飲）	206.00	牛乳（飲）	206.00	牛乳（飲）	206.00	水稲穀粒(精白米)	74.50	牛乳（飲）	206.00
				【回鍋肉丼】		強化米	0.21		
【さつま芋ごはんＦ】		**【ハヤシライス】**		水稲穀粒(精白米)	63.00	清酒(上撰)	1.00	**【ココア揚げパン】**	
水稲穀粒(精白米)	70.00	水稲穀粒(精白米)	65.00	強化米	0.18	水	135.00	給食用 コッペパン　40g	59.20
強化米	0.21	強化米	0.18	清酒(上撰)	1.00	こいくちしょうゆ	1.70	強力粉(１等)	35.20
清酒(上撰)	1.10	清酒(上撰)	1.00	水	101.50	食塩　いそしお	0.03	水稲穀粒(精白米)	4.00
食塩　いそしお	0.24	水	101.50	白麦 米粒麦	7.00	だし用昆布	0.76	小麦たんぱく(粉末状)	0.80
水	94.50	白麦 米粒麦	7.00	豚ばら脂身つき　小間	15.00	ごま(いり) 白	2.00	イースト	1.00
さつまいも	16.00	豚かた皮下脂肪なし小間	10.00	しょうが	0.10	**【牛乳】**		イーストフード	0.04
ごま(いり) 黒	1.50	豚もも皮下脂肪なし小間	10.00	清酒(上撰)	0.50	牛乳（飲）	206.00	上白糖	2.00
【かきたま汁Ｆ】		黒こしょう	0.01	オイスターソース	0.37			食塩	0.64
えのきたけ	2.00	しょうが	0.18	白こしょう	0.01	**【おでん】**		ファットスプレッド	3.20
にんじん	7.00	にんにく(りん茎)	0.27	サラダ油	0.50	水	71.77	脱脂粉乳	1.20
木綿豆腐	20.00	サラダ油	0.90	トウバンジャン	0.10	だし用昆布	1.20	水	11.12
たまご　2Lｻｲｽﾞ	25.00	玉葱	40.00	にんにく(りん茎)	0.20	削り節（だし用）	1.20	大豆油	4.00
たけのこ(水煮缶詰)	5.00	にんじん	20.00	しょうが	0.50	こいくちしょうゆ	2.00	ピュアココア	1.40
湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)	2.92	じゃがいも	35.00	きくらげ(乾)	0.80	本みりん	1.80	ごま(いり) 白すりごま	1.00
ねぎ	10.00	マッシュルーム(水煮缶詰)	4.92	たけのこ(水煮缶詰)	5.00	清酒(上撰)	2.00	上白糖	4.00
ほうれんそう	5.00	こまつな	10.00	キャベツ	30.00	食塩　いそしお	0.10	グラニュー糖	4.00
食塩　いそしお	0.52	レンズまめ(乾)	3.09	凍り豆腐短冊	2.00	板こんにゃく	15.00		
こいくちしょうゆ	1.20	食塩	0.63	生揚げ　1/2　細長	15.00	だいこん	30.00	**【豚肉と大豆のトマト煮】**	
でんぷん	0.50	黒こしょう	0.02	ねぎ	10.00	にんじん	10.00	大豆(国産､乾)	17.00
水	1.00	トマトピューレ	3.00	こまつな	15.00	さつま揚げ（たら）	11.00	吸水	17.00
水	90.00	トマトケチャップ	4.50	サラダ油	1.00	焼き竹輪(たら)	11.50	ベーコン　千切り	2.00
削り節（だし用）	3.30	トマト缶詰(ホール)	2.70	オイスターソース	1.80	つみれ	10.00	豚もも皮下脂肪なし1.5角	20.00
		ウスターソース	1.80	米みそ(赤色辛みそ)	3.60	さといも	18.00	黒こしょう	0.01
【このしろメンチ】		こいくちしょうゆ	0.90	テンメンジャン	0.90	食塩（ゆで塩・下塩）	0.00	玉葱	35.00
いか　すり身	11.00	清酒(上撰)	0.90	こいくちしょうゆ	1.00	がんもどき	14.00	にんじん	15.00
このしろ　すり身	11.00	上白糖	0.13	清酒(上撰)	1.80	水	15.38	じゃがいも	40.00
木綿豆腐　押し50%	7.00	薄力粉(２等)	3.50	上白糖	1.20	こいくちしょうゆ	1.00	マッシュルーム(水煮缶詰)	2.00
おから(新製法)	4.00	ソフトタイプマーガリン	3.50	食塩	0.02	本みりん	0.80	トマト缶詰(ホール)	10.00
キャベツ	13.00	豆乳クリーム	4.93	白こしょう	0.02	清酒(上撰)	0.80	トマトケチャップ	10.00
玉葱	7.00	水	50.00	ごま油	0.50	食塩　いそしお	0.03	食塩　いそしお	0.24
にんじん	7.00	ブイヨン用手羽	2.50	でんぷん	1.00	上白糖	0.08	黒こしょう	0.02
干ひじき(ｽﾃﾝﾚｽ釜、乾)	0.39	玉葱(香味)	1.60	水	2.00			三温糖	2.50
でんぷん	6.00	にんじん(香味)	0.30	ごま(ねり・白)	1.20	**【わかさぎの磯部あげＹ】**		こいくちしょうゆ	2.99
薄力粉(２等)	2.00	セロリ(香味)	0.20	ごま(いり) 白	1.25	わかさぎ	30.00	サラダ油	1.00
水	1.00	ローリエ	0.01	**【めかぶのスープ　190g】**		清酒(上撰)	1.00	グリンピース(冷凍)	5.00
こいくちしょうゆ	1.00			緑豆はるさめ	1.50	たまご　2Lｻｲｽﾞ	3.50	水	28.00
食塩	0.21	**【ひじきのごまマヨサラダ】**		めかぶわかめ	3.65	薄力粉(２等)	6.00	ブイヨン用手羽	1.40
黒こしょう	0.01	干ひじき(ｽﾃﾝﾚｽ釜、乾)	2.20	水	0.00	あおのり	0.50	玉葱(香味)	0.70
ごま(ねり・白)	1.50	上白糖	0.45	にんじん	7.00	食塩　いそしお	0.06	にんじん(香味)	0.30
あおのり	0.20	こいくちしょうゆ	1.90	ほうれんそう	15.00	水	3.50	セロリ(香味)	0.20
大豆油	5.00	本みりん	0.05	ねぎ	5.00	サラダ油	4.00	ローリエ	0.01
		清酒(上撰)	0.55	ﾌﾞﾗｯｸﾏｯﾍﾟもやし	5.00				
【小松菜の海苔酢和え】		にんじん	9.00	えのきたけ	3.00	**【辛子和えA】**			
こまつな	20.00	きゅうり	17.00	若鶏肉モモ(皮付き)千切	5.00	こまつな	28.00	**【グリーンサラダ】**	
キャベツ	20.00	ﾎﾞﾝﾚｽﾊﾑ（無塩せき）千切	5.00	清酒(上撰)	0.70	ﾌﾞﾗｯｸﾏｯﾍﾟもやし	28.00	キャベツ	15.00
こいくちしょうゆ	0.83	エッグフリーマヨネーズ	4.00	白こしょう	0.01	にんじん	3.30	きゅうり	17.00
きゅうり	10.00	ごま(ねり・白)	1.00	水	100.00	えのきたけ	3.00	レタス	10.00
穀物酢	0.99	ごま(いり)	0.50	ブイヨン用手羽	3.00	湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)	1.82	ブロッコリー	5.00
焼きのり	0.42	上白糖	0.20	ねぎ(香味)	2.00	ごま(いり)	1.50	レモン	1.00
サラダ油	2.25	こいくちしょうゆ	0.70	しょうが(香味)	1.00	こいくちしょうゆ	2.30	上白糖	0.60
穀物酢	1.73			清酒(上撰)	1.00	からし(粉)	0.08	食塩　いそしお	0.33
上白糖	1.00	**【つぶつぶみかんゼリー】**		食塩　いそしお	0.55			穀物酢	1.30
食塩	0.05	寒天	0.35	白こしょう	0.02	**【はやか】**		サラダ油	2.70
こいくちしょうゆ	1.50	温州蜜柑ｽﾄﾚｰﾄｼﾞｭｰｽ	35.00	ごま油	0.50	はやか	42.00	白こしょう	0.03
ごま(いり) 白	0.50	上白糖	6.00	でんぷん	1.00			玉葱	2.00
		水	15.00	水	2.00			ごま(いり) 白	0.50
		プリンカップ90cc	1.00	こいくちしょうゆ	2.26				
		みかん缶(果肉のみ)1号缶	20.00	**【さつまいもおやき】**				**【オレンジ】**	
				さつまいも	40.00			オレンジ	40.00
				西洋かぼちゃ	10.00				
				上白糖	4.00				
				有塩バター	3.00				
				低脂肪乳	5.00				
				バニラエッセンス	0.01				

[詳 細 献 立 表]

2026年11月 1日 ～ 2026年11月30日　　船橋市立船橋小学校　　2026-10-07 印刷

11月26日(木)		11月27日(金)		11月30日(月)					
献立名／食品名	g	献立名／食品名	g	献立名／食品名	g	献立名／食品名	g	献立名／食品名	g
【牛乳】		**【牛乳】**		**【牛乳】**					
牛乳（飲）	206.00	牛乳（飲）	206.00	牛乳（飲）	206.00				
【麦ご飯】		**【ご飯】**		**【麦ご飯R】**					
水稲穀粒(精白米)	67.00	水稲穀粒(精白米)	75.00	水稲穀粒(精白米)	52.00				
強化米	0.18	強化米	0.22	強化米	0.14				
清酒(上撰)	1.00	水	101.25	清酒(上撰)	0.80				
水	101.50	清酒(上撰)	1.00	水	81.20				
白麦 米粒麦	6.00	**【手作り鰹ふりかけ】**		白麦 米粒麦	5.60				
【生揚げのかき油炒め】		かつお節（だし用）	1.30	**【豆入りキーマカレー】**					
生揚げ 1/2 細長	60.00	こいくちしょうゆ	0.80	豚もも皮下脂肪なし挽肉	25.00				
にんじん	8.00	本みりん	0.40	食塩	0.22				
玉葱	15.00	上白糖	0.40	白こしょう	0.02				
キャベツ	24.00	水	1.20	カレー粉	0.20				
チンゲンツァイ	5.00	ごま(いり) 白	1.00	サラダ油	0.50				
茎にんにく(花茎)	5.00	**【唐草焼き Y】**		大豆(国産､乾)	5.11				
しょうが	1.00	たまご 2Lｻｲｽﾞ	50.00	吸水	10.00				
干し椎茸 菌床	1.00	豚ばら脂身つき 挽き肉	9.00	にんにく(りん茎)	0.20				
吸水	2.70	マメプラスM	2.00	しょうが	0.30				
たけのこ(水煮缶詰)	8.00	にんじん	8.00	玉葱	40.00				
豚もも皮下脂肪なし短冊	8.00	玉葱	15.00	サラダ油	0.30				
清酒(上撰)	0.70	干ひじき(ｽﾃﾝﾚｽ釜、乾)	0.53	にんじん	17.00				
こいくちしょうゆ	3.68	食塩	0.24	じゃがいも	45.00				
食塩 いそしお	0.15	上白糖	2.20	マッシュルーム(水煮缶詰)	5.00				
黒こしょう	0.02	こいくちしょうゆ	2.00	チャツネ	3.00				
三温糖	0.28	清酒(上撰)	0.50	サラダ油	1.00				
オイスターソース	0.53	グリンピース(冷凍)	2.73	トマトピューレ	2.00				
清酒(上撰)	1.50	サラダ油	0.50	中濃ソース	1.50				
サラダ油	1.00			こいくちしょうゆ	1.00				
ごま油	0.50	**【大根と揚げボールの煮物】**		食塩	0.58				
でんぷん	1.00	若鶏肉モモ(皮付き)1.5角	5.00	ローリエ	0.01				
水	2.00	清酒(上撰)	0.40	カレー粉	0.20				
【きゅうりのキムチ和え】		サラダ油	0.40	薄力粉(２等)	5.00				
鶏若鶏肉胸(皮なし)	5.00	さつま揚げ(たら) 揚げﾎﾞｰﾙ	16.00	ソフトタイプマーガリン	4.50				
清酒(上撰)	0.20	ごぼう	8.00	カレー粉	0.13				
しょうが(香味)	0.04	穀物酢	0.80	水	54.00				
ねぎ(香味)	0.20	板こんにゃく黒	12.00	ブイヨン用手羽	2.50				
にんじん	5.00	にんじん	12.00	ローリエ	0.01				
えのきたけ	5.00	だいこん	25.00	玉葱(香味)	1.00				
きゅうり	10.00	サラダ油	0.64	にんじん(香味)	0.50				
こまつな	15.00	三温糖	1.29	セロリ(香味)	0.50				
ﾌﾞﾗｯｸﾏｯﾍﾟもやし	5.00	本みりん	0.80	豆乳チーズ	4.00				
湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)	1.82	こいくちしょうゆ	2.95	グリンピース(冷凍)	3.00				
はくさい(キムチ漬け)	5.20	清酒(上撰)	0.80	**【焼きいも】**					
にんにく(りん茎)	0.13	水	15.00	さつまいも	58.00				
しょうが	0.10	だし用昆布	0.15	有塩バター	1.00				
ねぎ	0.13	削り節（だし用）	0.15	**【オニオンドレッシングｻﾗﾀﾞ】**					
ごま油	1.10			レタス	15.00				
食塩 いそしお	0.12	**【レモン和え】**		にんじん	5.00				
白こしょう	0.01	キャベツ	13.00	きゅうり	10.00				
こいくちしょうゆ	1.40	きゅうり	6.00	こまつな	17.00				
上白糖	0.36	こまつな	13.00	えのきたけ	2.00				
本みりん	0.39	刻み昆布	0.40	緑豆はるさめ	2.00				
ごま(ねり・白)	0.50	ごま(いり)	0.30	サラダ油	2.50				
ごま(いり)	1.00	レモン(全果､生)	0.80	穀物酢	0.50				
【黒糖ビーンズ】		上白糖	1.40	玉葱	4.08				
いり大豆(黄大豆)	12.00	穀物酢	1.01	にんにく(りん茎)	0.23				
上白糖	2.60	食塩 いそしお	0.24	こいくちしょうゆ	2.00				
黒砂糖	4.00			本みりん	1.20				
水	3.30	**【温州みかん】**		食塩	0.13				
食塩 いそしお	0.01	みかん M	20.00	ごま(いり) 白	1.00				