令和8年度

11月　学校給食献立表



※現在使用中の【じゃがいも（（品種）キタカムイ・さやか）】は、函館市亀田農業協同組合と市場関係者のご協力により、函館産野菜を使用しています。

19日（木）の「ウインナー（レモン＆パセリ）」は、函館のカールレイモンさんからの無償提供です。せわりパンに、ウインナーとゆで野菜（きゃべつ・にんじん）をはさんで、ケチャップをかけて、食べてください。

函館市立駒場小学校

日／曜	献立名	お も な 材 料		
		血や筋肉や骨となるもの	からだの調子をよくするもの	熱や力になるもの
2／月	牛乳	牛乳		
	チキンカレーライス	とりにく　牛乳 クリームチーズ　大豆製品	にんじん　たまねぎ グリンピース　にんにく トマト　プルーン	せいはくまい　じゃがいも こめあぶら　バター こむぎこ　パームゆ さとう
	だいこんとコーンのドレッシングサラダ		だいこん　とうもろこし りんごかじゅう	こめあぶら
	ヨーグルト	スキムミルク　乳製品 ゼラチン　かんてん		さとう
	エネルギー（681kcal）たんぱく質（22.4g）脂質（22.2g）食塩相当量（2.2g）			
4／水	げんりょうごはん　牛乳			せいはくまい
		牛乳		
	しおラーメン	ぶたにく　やきのし	にんじん　たまねぎ こまつな　ながねぎ	ちゅうかめん　ごまあぶら
	あげぎょうざ	ぶたにく	きゃべつ　たまねぎ にら　しょうが	ぶたあぶら　でんぷん さとう　こむぎこ だいずあぶら
	ミニトマト		ミニトマト	
	エネルギー（571kcal）たんぱく質（20.9g）脂質（19.3g）食塩相当量（2.8g）			
5／木	きなこあげパン　牛乳	たまご　スキムミルク きなこ		こむぎこ　さとう　バター じょうなんこ　だいずあぶら
		牛乳		
	かぶのスープ	とりにく	かぶ　たまねぎ にんじん　パセリ	
	マカロニのケチャップソテー	ウインナー	たまねぎ　にんじん ピーマン　トマト プルーン	マカロニ　こめあぶら さとう
	チーズ	チーズ		
	エネルギー（615kcal）たんぱく質（24.5g）脂質（27.9g）食塩相当量（3.0g）			
6／金	ごはん　牛乳			せいはくまい
		牛乳		
	だいこんのみそしる	あぶらあげ　しろみそ	だいこん　にんじん えのきだけ　ながねぎ	
	おやこに	とりにく　たまご	しらたき　たまねぎ みつば	さとう
	りんご		りんご	
	エネルギー（550kcal）たんぱく質（24.3g）脂質（16.5g）食塩相当量（2.5g）			
9／月	ごはん　牛乳			せいはくまい
		牛乳		
	きのこじる	とうふ　あぶらあげ しろみそ	にんじん　しめじ えのきだけ　たまねぎ ながねぎ	
	てりやきチキン	とりにく	しょうが	さとう　こめあぶら
	ごもくきんぴら	さつまあげ（ひじき）	にんじん　ごぼう つきこんにゃく	こめあぶら　さとう
	エネルギー（591kcal）たんぱく質（30.2g）脂質（19.7g）食塩相当量（2.5g）			

日／曜	献立名	お も な 材 料		
		血や筋肉や骨となるもの	からだの調子をよくするもの	熱や力になるもの
10／火	（パンなし）　牛乳			
		牛乳		
	スパゲッティペペロンチーノ	ぶたにく	しめじ　エリンギ たまねぎ　きゃべつ にんにく	スパゲッティ オリーブオイル
	だいこんとツナのマヨサラダ	きはだまぐろ	だいこん　とうもろこし	こめあぶら マヨネーズ（卵使用なし・個包装）
	バナナ		バナナ	
	エネルギー（551kcal）たんぱく質（21.7g）脂質（21.7g）食塩相当量（1.6g）			
11／水	ごはん　牛乳			せいはくまい
		牛乳		
	にくじゃが	ぶたにく	たまねぎ　にんじん さやいんげん　しらたき	じゃがいも　さとう
	たこきゃべカツ	みずだこ　いとよりだい らんばく　あおさ かつおぶし　大豆製品	きゃべつ　べにしょうが	パンこ　こむぎこ こめこ　さとう だいずあぶら　でんぷん
	なし		なし	
	エネルギー（589kcal）たんぱく質（20.6g）脂質（15.7g）食塩相当量（1.7g）			
12／木	コッペパン　牛乳	たまご　スキムミルク		こむぎこ　さとう　バター
		牛乳		
	たまごスープ	たまご　なると とうふ	にんじん　たまねぎ えのきだけ	でんぷん
	とりにくとやさいのケチャップソテー	とりにく	にんじん　たまねぎ ピーマン　しょうが トマト	でんぷん　だいずあぶら こめあぶら
	かき		かき	
	エネルギー（551kcal）たんぱく質（28.8g）脂質（21.4g）食塩相当量（2.6g）			
13／金	ごはん　牛乳			せいはくまい
		牛乳		
	カレーどうふ	とうふ　とりにく 大豆製品	たまねぎ　ながねぎ しいたけ	こめあぶら　でんぷん さとう　こむぎこ パームゆ
	むしにくしゅうまい	ぶたにく	たまねぎ　しょうが	パンこ　でんぷん さとう　こむぎこ みずあめ
	きゃべつのこうみあえ		きゃべつ　あかしそ	さとう
	エネルギー（639kcal）たんぱく質（28.7g）脂質（22.1g）食塩相当量（1.7g）			
16／月	ごはん　牛乳			せいはくまい
		牛乳		
	どさんこじる	ぶたにく　しろみそ	たまねぎ　にんじん とうもろこし　しょうが にんにく	じゃがいも　バター ごまあぶら
	かつおカツ	かつお　かつおエキス	たまねぎ　しょうが	パンこ　さとう こむぎこ　だいずあぶら でんぷん
	りんご		りんご	
	エネルギー（591kcal）たんぱく質（20.4g）脂質（18.0g）食塩相当量（1.7g）			
17／火	コッペパン　牛乳	たまご　スキムミルク		こむぎこ　さとう　バター
		牛乳		
	さつまいものクリームに	とりにく　牛乳 クリームチーズ　チーズ スキムミルク　ほたてエキス	にんじん　たまねぎ グリンピース きのこエキス	さつまいも　こめあぶら バター　こむぎこ さとう　パームゆ なたねあぶら
	ブロッコリーのカレーフライ		ブロッコリー	こむぎこ　パンこ だいずあぶら
	パインアップル		パインアップル	さとう
	エネルギー（685kcal）たんぱく質（26.2g）脂質（24.0g）食塩相当量（2.2g）			