

# 11月 給食献立表

令和7年度

港区立小中一貫教育校赤坂学園赤坂小学校

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<div>【BOOKメニュー給食週間】</div> <div>全国秋の読書週間は10月27日～11月9日です。これにあわせて、赤坂学園では11月4日～7日までをBOOKメニュー給食にしました。本に登場する料理を給食で提供します。</div> <div>どのような料理なのか、物語では誰がどのように作っているのか、本を読んで確認してみてください。</div> <div>★赤坂学園屋上庭園で栽培した食材を給食に使用します★</div> <div>生徒会と小学校代表委員会で栽培した小松菜と大葉を給食に使用予定です。</div> <div>★★東京エコ認証食材を使用します★★</div> <div>11月26日～28日は東京エコ認証の白菜、長ねぎ、小松菜を使用します。</div> <div>東京エコとは、化学合成農薬と化学肥料を削減して作られる農産物を東京都が認証する制度です。</div> <div></div>		<div>【和食の日】</div> <div>11月24日は日本の伝統的な食文化について見直し、和食文化の保護、継承の大切さについて考える「和食の日」です。24日が振替休業日のため21日の献立を24日の「和食の日」にあわせて、和食献立にしました。和食は旬の食材を使ったり、出汁を使ったりするのが特徴です。世界無形文化遺産にも登録されています。また、21日～28日を和食献立にし、全国のみそを使った汁物を献立に取り入れました。みその原料や味の違いも紹介していきます。</div> <div></div> <div>【赤坂ベーカリー給食】</div> <div>赤坂ベーカリー給食では給食室で生地からパンを手作りします。</div> <div>焼きたてのパンを提供します。今月の手作りパンは「ダイスチーズパン」です。</div> <div></div>		
<div>＜赤坂学園ホームページ 給食ブログ＞</div> <div></div> <div>【11月平均摂取栄養素量(4年生)】</div> <div>エネルギー:647kcal</div> <div>たんぱく質:26.8g</div>				
3日	4日	5日	6日	7日
<div></div> <div>振替休日</div>	<div>【BOOKメニュー給食】</div> <div>鍋焼き風うどん</div> <div>いかの松かさ焼き</div> <div>ふかしいも</div> <div>牛乳</div> <div></div> <div>「耳をすませば」より、鍋焼き風うどんです。</div> <div>主人公の雫が通うアンティークショップ「地球屋」の店主であり、聖司の祖父に、初めて書いた小説を読んでもらうシーンに登場します。</div>	<div>【BOOKメニュー給食】</div> <div>ガーリックフランスパン</div> <div>シータのビーフシチュー</div> <div>ブロッコリー入りツナサラダ</div> <div>牛乳</div> <div></div> <div>「天空の城ラピュタ」より、ビーフシチューです。</div> <div>ヒロインのシータが空中海賊の船、タイガース号の中で作ったシチューです。パズーを始め、ドーラ一家の皆が美味しそうにもりもり食べている映像が目に見えます。</div>	<div>【BOOKメニュー給食】</div> <div>ビビンバ</div> <div>ニラたまスープ</div> <div>りんご(シナノスイート)</div> <div>牛乳</div> <div></div> <div>「りんごがもたない」より、りんごです。そこにあるのは本当にりんごなのかな？ ひよっとすると……。男の子の『かもしれない』の妄想が詰まったユーモアあふれる絵本です。給食では、うさぎがもしれない？形にします。</div>	<div>【BOOKメニュー給食】</div> <div>チャーシュー入りみそラーメン</div> <div>ジャンボあげぎょうざ</div> <div>杏仁豆腐</div> <div>牛乳</div> <div></div> <div>「ぎょうざがいなくなりましてさがしています」より、ひだ5つのぎょうざです。ぎょうざが町から消えてしまった!?そんな事態に、心配なボコちゃんがぎょうざを探し始めました。第43回講談社絵本新人賞を受賞した絵本です。</div>
10日	11日	12日	13日	14日
<div>【誕生日給食】</div> <div>シーフードクリームライス</div> <div>コールスローサラダ</div> <div>手作りさつまいもパイ</div> <div>牛乳</div> <div></div> <div>今月の誕生日デザートは、旬のさつまいもを使ったさつまいもパイです。うらごしたさつまいもに生クリーム、砂糖、牛乳を入れて、さつまいもクリームを作り、パイ皮に包んで焼きしました。</div>	<div>【商店街コラボ給食・食べ比べ給食】</div> <div>茶飯</div> <div>新橋お多幸おでん</div> <div>りんご食べ比べ</div> <div>(ぐんま名月・シナノゴールド)</div> <div>牛乳</div> <div></div> <div>港区商店街コラボメニューです。主菜のおでんは新橋にある老舗店の「お多幸」の料理長にレシピを監修していただきました。</div> <div>今月の食べ比べ給食はりんごです。「ぐんま名月」と「シナノゴールド」を食べ比べします。</div>	<div>【デフリンピック開催記念給食】</div> <div>ご飯・のりとあさりの佃煮</div> <div>天ぷら盛り合わせ(きす・かきあげ)</div> <div>野菜のごまみそあえ</div> <div>江戸甘みその小松菜と油揚げのみそ汁</div> <div>牛乳</div> <div></div> <div>日本では初開催です。1924年にパリで第1回大会が開催されてから100周年となる、歴史に残る大会です。東京都で開催されることを記念し、東京都の郷土料理です。この日は学園で栽培した食材を使用予定です。</div>	<div>【赤坂ベーカリー】</div> <div>手作りダイスチーズパン</div> <div>さけとほうれんそうのシチュー</div> <div>フルーツポンチ</div> <div>牛乳</div> <div></div> <div>今月の赤坂ベーカリーはダイスチーズを生地に練りこんで作るダイスチーズパンです。</div> <div>生地には乳製品を使用せず、豆乳と豆乳バターで作ります。</div> <div>生地には小麦粉「春よ恋」を使用します。</div>	<div>【国際理解給食：台湾料理】</div> <div>鶏肉飯</div> <div>わかめと長ねぎのスープ</div> <div>台湾カステラ</div> <div>牛乳</div> <div></div> <div>赤坂学園では、国際理解給食として色々な国の料理を給食に取り入れています。今月は台湾料理にしました。鶏肉飯は、台湾の名物料理で、鶏肉を使ったご飯の一種です。</div>
15日(土)学習発表会	18日	19日	20日	21日
<div>【学習発表会給食】</div> <div>ハヤシライス</div> <div>ツナかいそうサラダ</div> <div>さつまいもモンブランプリン</div> <div>ジョア(いちご味)</div> <div></div>	<div>【学習発表会給食】</div> <div>深川風卵とじ丼</div> <div>野菜のごま酢あえ</div> <div>白玉豆腐のすまし汁</div> <div>牛乳</div> <div></div>	<div>【ラッキーアイテム給食】</div> <div>チリコンカンドッグ</div> <div>ポトフ</div> <div>長野県産ラ・フランス</div> <div>牛乳</div> <div></div>	<div>【麻婆豆腐丼】</div> <div>きゅうりのピリ辛漬け</div> <div>中華風卵コーンスープ</div> <div>牛乳</div> <div></div>	<div>【和食の日・和食週間：みそを味わおう】</div> <div>吹き寄せご飯</div> <div>いかのかりん揚げ</div> <div>北海道みその石狩汁</div> <div>みかん</div> <div>牛乳</div> <div></div>
24日	25日	26日	27日	28日
<div>【和食給食週間：みそを味わおう】</div> <div>ご飯</div> <div>さばの塩焼き</div> <div>ひじきの煮物</div> <div>仙台みその豚汁</div> <div>豆乳くずもち</div> <div>牛乳</div> <div></div> <div>麺の原料により、みそは、米みそ、麦みそ、豆みその3種類と、これらを混合した調合みそに分けることができます。</div> <div>仙台みそは、米みそ一種で、大豆の比率が高く、辛口の赤みそとして知られています。</div>	<div>【和食給食週間：みそを味わおう】</div> <div>ご飯</div> <div>じゃこふりかけ</div> <div>和風豆腐ハンバーグ</div> <div>白菜と油揚げのかりかりあえ</div> <div>信州みそのきのこ汁</div> <div>牛乳</div> <div></div> <div>信州みそは、長野県が発祥のみそです。</div> <div>信州みそは米麹を使っていますので、代表的な米みそとなります。</div> <div>きのこ汁には、しめじ・白しめじ・えのきを使用しました。長野県は、きのこの生産量全国第1位です。</div>	<div>【和食給食週間：みそを味わおう】</div> <div>甲州みそのかぼちゃほうとう</div> <div>わかさぎの米粉揚げ</div> <div>柿</div> <div>牛乳</div> <div></div> <div>山梨県の郷土料理です。ほうとうは小麦粉と水で練ったほうとうめんを、たっぷりの具材とともにみそ仕立ての汁で煮こんだものです。</div> <div>甲州みそは、米麹と麦麹をミックスした「合わせみそ」です。</div>	<div>【和食給食週間：みそを味わおう】</div> <div>さけわかめご飯</div> <div>五目卵焼き</div> <div>麦みそのさつま汁</div> <div>はやか</div> <div>牛乳</div> <div></div> <div>さつま汁は、鹿児島県の郷土料理で、鶏肉を使った具沢山みそ汁のことを言います。みそは、麦みそを使いました。</div> <div>麦みそは、麦麹を主成分とし、甘口で香ばしい風味が特徴のみそです。</div> <div>今日で和食給食週間は終了です。</div>	
<div>★11月の給食目標★</div> <div>「箸を正しく使う」</div>		<div>給食を食べるときに箸の持ち方や使い方について意識しましょう。箸を置くときはおぼんの手前に横向きで置くようにしましょう。食器の上に乗せるのはマナー違反です。マナー違反の箸の置き方を嫌い箸と言います。</div>		