令和８年度１１月分　学校給食献立表

献立目標・・・和食を味わおう

豊山町給食センター

日	曜	献立名	おもな食材とその働き						その他
			【赤】おもに体をつくるもとになるもの		【緑】おもに体の調子を整えるもとになるもの		【黄】おもにエネルギーのもとになる		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
			魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実	
2	月	ごはん・牛乳		牛乳			ごはん		
		呉汁	大豆　豆腐　みそ	わかめ	にんじん	だいこん　ごぼう　ねぎ	じゃがいも		
		豚肉とキャベツの塩こうじ炒め	豚肉　ちくわ			キャベツ　たけのこ　にんにく	砂糖　でんぷん	油	
		和風ひじきサラダ		ひじき	にんじん　ほうれんそう	もやし	砂糖		
4	水	ごはん・牛乳		牛乳			ごはん		
		のっぺい汁	鶏肉　油揚げ		にんじん	こんにゃく　えのきたけ　水菜	さといも　でんぷん	ごま油	
		豆腐ハンバーグのお好みソースかけ	鶏肉　豆腐　豚肉		にんじん	玉ねぎ	砂糖　でんぷん　パン粉　小麦粉		
		切干大根の炒め煮	オイルツナ		にんじん　さやいんげん	切干だいこん	砂糖	油	
5	木	麦ごはん・牛乳		牛乳			麦ごはん		
		キーマカレー	豚肉　大豆		にんじん　パセリ	玉ねぎ　マッシュルーム　レーズン　にんにく	米粉のカレールウ　でんぷん	油	
		お魚ナゲット(小2個　中3個)	あじ　すけとうだら　大豆			玉ねぎ	でんぷん　砂糖　小麦粉　コーンフラワー	油	
		フルーツゼリー				パイナップル　みかん　メロン　いちご	砂糖		
6	金	クロスロールパン・牛乳		牛乳			クロスロールパン		
		ポトフ	ウインナー		にんじん　パセリ	キャベツ　玉ねぎ　かぶ	じゃがいも	油	
		鶏肉のマリアナソースあえ	鶏肉			しょうが	でんぷん　砂糖	油	
		ごぼうと小松菜のサラダ	オイルツナ		こまつな　にんじん	ごぼう	砂糖	マヨネーズ風ドレッシング	
9	月	ごはん・牛乳		牛乳			ごはん		
		トッポギスープ	鶏肉		チンゲンサイ　にんじん	たけのこ　ねぎ　干ししいたけ	トッポギ		
		ビビンバ丼	豚肉　みそ		こまつな　にんじん	しょうが　にんにく　もやし　切干だいこん	砂糖　でんぷん	ごま油	
		きゅうりとわかめのあえもの	サラダチキン	わかめ		きゅうり　とうもろこし	砂糖	ごま油	
10	火	きしめん・牛乳		牛乳			きしめん		
		五目きしめんの汁	鶏肉　油揚げ		にんじん　ほうれんそう	玉ねぎ　えのきたけ　ねぎ	でんぷん		
		大学いも					さつまいも　砂糖	油　黒ごま	
		ゆかりあえ			にんじん　赤しそ	キャベツ　もやし			
11	水	愛知の大根葉ごはん・牛乳		牛乳	大根葉		ごはん		
		鶏団子汁	鶏肉　豚肉　大豆		にんじん　みつば	玉ねぎ　はくさい　しめじ　ごぼう	パン粉　でんぷん　砂糖	油	
		信田のみそかけ	豆腐　油揚げ　すけとうだら　みそ	ひじき	にんじん	しょうが	砂糖　でんぷん	油	
		和風ポテトサラダ	オイルツナ　花かつお		にんじん	きゅうり	じゃがいも　砂糖	マヨネーズ風ドレッシング　オリーブ油	
12	木	ごはん・牛乳		牛乳			ごはん		
		生揚げの中華卵とじ	生揚げ　たまご　豚肉		にんじん　にら	玉ねぎ　たけのこ　きくらげ	砂糖	ごま油　油	卵除去食
		春巻き	鶏肉　大豆		にんじん　青しそ	玉ねぎ　キャベツ　ねぎ　しょうが	春雨　小麦粉　でんぷん　砂糖	油	
		チンゲンサイと切干大根の中華あえ	チキンハム		チンゲンサイ	切干だいこん　きゅうり	砂糖	ごま油	
13	金	ごはん・牛乳		牛乳			ごはん		
		じゃがいものそぼろ煮	豚肉		にんじん	玉ねぎ　枝豆	じゃがいも　砂糖	油	
		いわしの梅煮	いわし			梅	砂糖　でんぷん		
		ほうれんそうとちくわのあえもの	ちくわ		ほうれんそう	もやし　とうもろこし	砂糖		
16	月	ごはん・牛乳		牛乳			ごはん		
		あすか汁(牛乳入り)	みそ　豆腐　油揚げ	牛乳　脱脂粉乳	にんじん	だいこん　ねぎ	さといも		乳除去食
		てりどり	鶏肉			しょうが	砂糖　でんぷん		
		れんこんサラダ	オイルツナ			れんこん　キャベツ　とうもろこし		ごまドレッシング	
17	火	ごはん・牛乳		牛乳			ごはん		
		春雨スープ			こまつな　にんじん	はくさい　えのきたけ　玉ねぎ	春雨		
		韓国風焼き肉	豚肉　ちくわ　生揚げ		にら	もやし　にんにく　しょうが	砂糖	ごま　油　ごま油	
		大根のナムル	サラダチキン		にんじん	だいこん　きゅうり	砂糖	ごま油	
		★ヨーグルト		ヨーグルト					
18	水	麦ごはん・牛乳		牛乳			麦ごはん		
		ハヤシライス	豚肉		にんじん　トマト	玉ねぎ　にんにく　マッシュルーム	じゃがいも　米粉のハヤシルウ	油	
		ぶりフライ	ぶり				パン粉　小麦粉	油	
		ビーンズサラダ	大豆			枝豆　とうもろこし　はくさい		コーンクリーミードレッシング	
19	木	ごはん・牛乳		牛乳			ごはん		
		煮みそ	豚肉　生揚げ　みそ		にんじん	だいこん　こんにゃく　ごぼう　ねぎ	さといも　砂糖	油	
		厚焼き卵	たまご				砂糖　でんぷん	油	
		野菜のおかかあえ	花かつお		ほうれんそう　にんじん	キャベツ	砂糖		
20	金	あいちの米粉パン・牛乳		牛乳			あいちの米粉パン		
		かぼちゃの豆乳ポタージュ	鶏肉　豆乳		かぼちゃ　パセリ	玉ねぎ　マッシュルーム　とうもろこし		油	
		ハンバーグのデミグラスソースかけ	鶏肉　大豆　豚肉			玉ねぎ	じゃがいも　砂糖　でんぷん		
		ブロッコリーサラダ	オイルツナ		ブロッコリー	キャベツ　レモン	砂糖	オリーブ油	
24	火	ソフトめん・牛乳		牛乳			ソフトめん		
		肉みそあん	豚肉　大豆　はんぺん　みそ		にんじん	玉ねぎ　ねぎ　干ししいたけ	砂糖　でんぷん	油	
		さつまいもコロッケ					さつまいも　パン粉　砂糖　小麦粉	油	
		五目きんぴら	ベーコン		にんじん　ピーマン	れんこん　ごぼう	砂糖	ごま油	
25	水	ごはん・牛乳		牛乳			ごはん		
		卵とチンゲンサイのスープ	たまご　かまぼこ		チンゲンサイ	玉ねぎ　きくらげ　たけのこ	でんぷん	ごま油	卵除去食
		ショーロンポー(小2個　中3個)	豚肉			玉ねぎ　キャベツ　しょうが	春雨　でんぷん　砂糖　小麦粉	油	
		もやしと海藻の中華あえ	サラダチキン	わかめ　昆布　つのまた　すぎのり	にんじん	もやし　寒天こんにゃく	砂糖	ごま油	
26	木	中学校のみ　ココア揚げパン・牛乳		牛乳			クロスロールパン　ココア牛乳のもと　砂糖	油	
		中学校のみ　ポークビーンズ	大豆　豚肉		にんじん　トマト	玉ねぎ　マッシュルーム　枝豆	じゃがいも　砂糖　米粉のトマトルウ	油	
		中学校のみ　マカロニサラダ	チキンハム		こまつな	キャベツ　とうもろこし	マカロニ　砂糖	フレンチドレッシング	
		中学校のみ　アーモンド入り小魚		いわし			砂糖　でんぷん	アーモンド	
30	月	ごはん・牛乳		牛乳			ごはん		
		すき焼き風煮	豚肉　焼き豆腐　かまぼこ		にんじん	はくさい　こんにゃく　えのきたけ　ねぎ	砂糖		
		子持ちししゃもフライ(小2個　中3個)		ししゃも			パン粉　でんぷん　小麦粉　砂糖	油	
		鶏肉とひじきのごまあえ	サラダチキン	ひじき	ほうれんそう	きゅうり	砂糖	ごま	

北海道せたな町産米・じゃがいもを使用

長野県阿智村産有機栽培ねぎを使用

※献立表は、６つの基礎食品群に分類できる食品を記載しているため、微量な食品や調味料、だし等は記載していません。

※物資の都合により、献立を変更することがあります。　　★…業者が学校に直送します。