



# 令和7年 学校給食11月分予定献立表



知多市立八幡給食センター

小学校

日	曜	献立名	主 な 材 料 と そ の 働 き						エネルギー (kcal)
			赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる		
			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	
4	火	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		618
		さばのはちょうみそに	さば みそ				砂糖		
		ぶたにくとだいこんのにももの	ぶた肉 ちくわ 生揚げ		にんじん さやいんげん	大根 こんにゃく	砂糖		
		りんご				りんご			
5	水	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		599
		ちくわのこめこいそべあげ 2こ	ちくわ	あおのり			米粉	油	
		にまめ	とり肉 大豆		にんじん		砂糖		
		さつまじる	ぶた肉 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	ごぼう ねぎ	さつまいも		
6	木	ソフトめん ぎゅうにゅう		牛乳			ソフトめん		694
		にくみそかけ	ぶた肉 油揚げ さつまあげ みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ	砂糖 でんぶん	油	
		キャベツいりメンチカツ	牛肉 ぶた肉			キャベツ 玉ねぎ	パン粉 小麦粉 でんぶん	油	
		やさいとしらすばしのあえもの		しらす干し	小松菜	もやし	砂糖		
7	金	ロールパン ぎゅうにゅう		牛乳			パン		618
		てりやきハンバーグ	とり肉 ぶた肉			玉ねぎ	砂糖 でんぶん		
		コールスローサラダ			にんじん	コーン キャベツ		ドレッシング	
		やさいのスープに	ウインナー		にんじん 小松菜	玉ねぎ エリンギ はくさい	じゃがいも		
10	月	むぎごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米 大麦		644
		きのこのハヤシライス	ぶた肉		にんじん トマト	玉ねぎ グリンピース エリンギ しめじ	じゃがいも 小麦粉 砂糖	油 バター	
		やきウインナー	ウインナー						
		まめまめサラダ	大豆			キャベツ えだまめ きゅうり		ドレッシング	
11	火	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		620
		さつまいもコロケ					小麦粉 パン粉 さつまいも	油	
		おやこに	卵 とり肉 かまぼこ		にんじん ねぎ	玉ねぎ 干しいたけ ねぎ	砂糖 でんぶん		
		やさいのおかかあえ	かつおぶし		小松菜	はくさい	砂糖		
12	水	ミルクロールパン ぎゅうにゅう		牛乳			パン		655
		チキンハムステーキ	とり肉 ぶた肉						
		さといものクリームシチュー	とり肉	牛乳 生クリーム	にんじん パセリ	玉ねぎ コーン	里いも 小麦粉	バター 油	
		にんじんサラダ			にんじん	キャベツ	砂糖	ごま	
13	木	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		603
		あげざかな(たら)のあまずあんかけ	たら				砂糖 でんぶん	油	
		にくじゃが	ぶた肉 さつまあげ		にんじん	玉ねぎ グリンピース こんにゃく	じゃがいも 砂糖	油	
		キャベツのあかじそあえ			しそ	キャベツ			
14	金	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		613
		けんちんしのだのわふうあんかけ	豆腐 油揚げ たら	ひじき	にんじん	しょうが	砂糖 でんぶん		
		やさいとツナのあえもの	ツナ		小松菜 にんじん	キャベツ	砂糖		
		ごじる	大豆 豆乳 ぶた肉 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	ごぼう 大根 ねぎ			

※つぎのページにつづきます。

## 今月の愛知県産の食材



米



牛乳



大豆



卵



小松菜



きゅうり



みかん



れんこん



里いも



キャベツ



大根




パセリ



うずら卵

ゆっくりよくかんで  
たべましょう！



日 曜		献立名	主 な 材 料 と そ の 働 き						エネルギー (kcal)
			赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる		たんぱく質 (g)
			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	
17 月		むぎごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米 大麦		613
		しゅうまい 2こ	ぶた肉			玉ねぎ しょうが	パン粉 小麦粉 でんぶん		
		ビビンバ	ぶた肉		にんじん 小松菜	にんにく もやし	砂糖	ごま油	
		きのこいりピリカラじる	とり肉 豆腐		にんじん ねぎ	大根 しめじ エリンギ 白菜キムチ ねぎ	じゃがいも	ごま油	
		ヨーグルト		ヨーグルト					
18 火		ロールパン ぎゅうにゅう		牛乳			パン		602
		たらのハーブやき	たら						
		ポトフ	ウインナー		にんじん	玉ねぎ かぶ はくさい			
		れんこんとごぼうのサラダ	ツナ			れんこん ごぼう キャベツ コーン		ノンエッグマヨネーズ	
19 水		ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		618
		れんこんサンドフライ	とり肉			れんこん 玉ねぎ しいたけ	小麦粉 パン粉 でんぶん	油	
		うずらたまごいりみそおでん	うずら卵 さつまボール 生揚げ みそ		にんじん	大根 こんにゃく	里いも 砂糖		
		こまつなごまあえ	ツナ	しょういくのひ	小松菜	もやし	砂糖	ごま	
20 木		ソフトめん ぎゅうにゅう		牛乳			ソフトめん		698
		わふうかけじる	とり肉 かまぼこ 油揚げ		にんじん ねぎ	はくさい 干しいたけ ねぎ			
		だいこんサラダ	ツナ			大根 きゅうり コーン		ドレッシング	
		ミニきなこあげパン	きな粉				パン 砂糖	油	
21 金		ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		627
		さばのしおやき	さば						
		ちくぜんに	とり肉 ちくわ		にんじん さやいんげん	れんこん ごぼう 干しいたけ こんにゃく	砂糖	油	
		みかん				みかん			
26 水		むぎごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米 大麦		609
		あいちのしょうがいりぎょうざ 2こ	ぶた肉		にんじん	玉ねぎ れんこん	小麦粉 でんぶん		
		マーボーどうふ	豆腐 ぶた肉 みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ しょうが にんにく ねぎ	砂糖 でんぶん	油 ごま油	
		はるさめとひじきのちゅうかあえ		ひじき	小松菜		はるさめ 砂糖	ごま ごま油	
27 木		くろロールパン ぎゅうにゅう		牛乳			パン		640
		オムレツ	卵						
		ポークビーンズ	大豆 ぶた肉		にんじん	玉ねぎ	じゃがいも 砂糖	油	
		フルーツポンチ				パインアップル もも			
28 金		むぎごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米 大麦		683
		さつまいもいりこめカレーライス	ぶた肉	スキムミルク	にんじん	玉ねぎ グリンピース	さつまいも	油	
		てりやきとうふハンバーグ	豆腐 とり肉			玉ねぎ しょうが	米粉パン粉 砂糖 じゃがいも でんぶん	大豆油	
		ツナサラダ	ツナ			キャベツ きゅうり コーン		ごまドレッシング	

※都合により献立を変更することがあります。※調味料やだし等については記載していません。

## 実りの秋 食べ物を大切にいたしましょう

日に日に秋が深まってきました。秋はお米をはじめ、大豆やそば、里いもなど、さまざまな作物が収穫時期を迎え、各地で収穫を祝うお祭りが開催されます。また、11月23日は「勤労感謝の日」として国民の祝日となっています。食べることは、たくさんの人々の労働に支えられていることを忘れずに、毎日の食事を大切にいたしましょう。



11月19日(水)は  
「地元の旬を味わう学校給食の日」です！

- ★ご飯 愛知県産米100%です。
- ★牛乳 常滑市産です。
- ★れんこんサンドフライ 愛知県産のれんこんが使われています。
- ★うずら卵入りみそおでん 愛知県産のうずら卵、赤みそ、大根、さといもを使用します。
- ★小松菜のごまあえ 知多市産の小松菜を使用します。

