



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	たんぱく質(g)	
4	火	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		618	
		さばのはっちょみそに	さば みそ				砂糖			
		ぶたにくとだいこんのもの	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		27.6	
		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 2c	ちくわ	あおのり			米粉	油		
		にまめ	とり肉 大豆		にんじん		砂糖		27.6	
		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	28.9	
		やさいとしらすぼしのあえもの		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	23.5	
		やさいのスープに	ワインナー		にんじん 小松菜	玉ねぎ エリンギ はくさい	じやがいも			
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	じやがいも 小麦粉 砂糖	油 バター		
		やきワインナー	ワインナー						24.1	
		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	
		さつまいもコロッケ					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		23.4	
		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	26.8	
		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)のあまざあんかけ	たら				砂糖 でんぶん	油		
		にくじやが	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	じやがいも 砂糖	油	25.4	
		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		25.3	
		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			
			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		たんぱく質 (g)	
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		26.7	
		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	ワインナー	にんじん	玉ねぎ かぶ はくさい				27.6	
		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	 しょくいくのひ		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		大根 こんにゃく	里いも 砂糖			23.8	
		こまつなのごまあえ	ツナ	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		29.1	
		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							
		ちくせんに	とり肉 ちくわ	にんじん さやいんげん	れんこん ごぼう 干ししいたけ こんにゃく	砂糖	油		29.9	
		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	
		あいちのしょくざいいり	ぶた肉	にんじん	玉ねぎ れんこん	小麦粉 でんぶん				
		ぎょうざ 2こ			玉ねぎ しょうが にんにく ねぎ	砂糖 でんぶん	油 ごま油		26.3	
		マーボーどうふ	豆腐 ぶた肉 みそ	にんじん ねぎ			はるさめ 砂糖	ごま ごま油		
27	木	はるさめとひじきのちゅうかあえ	ひじき	小松菜						
		くろロールパン ぎゅうにゅう	牛乳			パン			640	
		オムレツ	卵							
		ポークピーンズ	大豆 ぶた肉	にんじん	玉ねぎ	じゃがいも 砂糖	油		28.2	
28	金	フルーツポンチ				パインアップル もも				
		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こ	ぶた肉	スキムミルク	にんじん	さつまいも	油			
		カレーライス				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	28.5	
		てりやきとうふハンバーグ	豆腐 とり肉			キャベツ きゅうり コーン		ごまドレッシング		
		ツナサラダ	ツナ							

※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だきましょう

日に日に秋が深まってきた。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、たくさんの人々の勤労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だきましょう。



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。

