

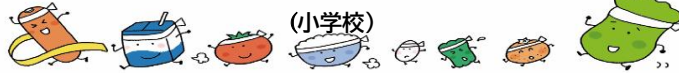


毎月19日は
「食育の日」
～お家でごはんの日～



こんだてよていひょう

(小学校)



2025年 11月分



17回

豊明市立学校給食センター

日	曜	はし	主な材料名 献立名	(赤) おもに体をつくるものになる		(緑) おもに体の調子を整えるものになる		(黄) おもにエネルギーのものになる	
				1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 米・パン・めん・いも・砂糖	6群 油脂・種実
4	火	○	麦ごはん 牛乳 いわし梅煮 里いものそぼろ煮 もみじあえ	いわし とり肉	飲用牛乳		梅 しょうが	米 麦 さとう でんぶん 里いも さとう	
5	水		りんごパン 牛乳 ポトフ れんこんサンドフライ コーンサラダ		飲用牛乳 とり肉	にんじん	キャベツ 玉ねぎ れんこん 玉ねぎ 干しいたけ ホールコーン キャベツ きゅうり	りんごパン じゃがいも パン粉 でんぶん 小麦粉 さとう	油
6	木	○	きしめん 牛乳 五目あんかけきしめんの汁 いかいそベフライ ごまあえ ★りんごタルト	ぶた肉 焼きかまぼこ いか	飲用牛乳 青のり粉	にんじん ほうれんそう にんじん	干しいたけ 白菜 キャベツ もやし りんご	きしめん でんぶん パン粉 でんぶん 小麦粉 さとう	油 白いりごま
7	金	○	麦ごはん 牛乳 キムタクごはんの具 海そうサラダ ご汁	ぶた肉	飲用牛乳 わかめ こんぶ 茎わかめ 赤ずきのり 赤まふのり 白ふのり	にんじん	白菜キムチ つぼづけ ねぎ キャベツ きゅうり	米 麦	ごま油 和風ドレッシング
10	月		豊明の米粉パン(小麦入り) 牛乳 白菜ときのこのクリーム煮 デミグラスハンバーグ ミックスサラダ	とり肉 ぶた肉 とり肉	飲用牛乳 調理用牛乳 生クリーム		白菜 玉ねぎ しめじ マッシュルーム 玉ねぎ キャベツ きゅうり 枝豆	豊明の米粉パン 小麦粉 パン粉 さとう でんぶん	油 バター サウザンドドレッシング
11	火	○	白ごはん 牛乳 三河赤どりのチキンカツ 切干大根の三杯酢 しらす入りつみれ汁	とり肉 油揚げ とうふ たら	飲用牛乳	にんじん 小松菜	切干大根 きゅうり 干しいたけ ねぎ しょうが	米 パン粉 小麦粉 でんぶん さとう でんぶん	油 白いりごま
12	水		麦ごはん 牛乳 マーボーどうふ えびしゅうまい(2個) もやしと枝豆のあえ物	どうふ ぶた肉 赤みそ たら えび	飲用牛乳	にら	ねぎ しょうが にんにく 玉ねぎ もやし 枝豆	米 麦 でんぶん さとう でんぶん 小麦粉 パン粉 さとう	ごま油 白いりごま ごま油
13	木		サンドイッチロールパン 牛乳 セルフドッグ(ロングメンチカツ、 ゆで野菜、 棒チーズ、袋入りとんかつソース) ミネストローネ	ぶた肉 とり肉	飲用牛乳 チーズ	にんじん	玉ねぎ キャベツ きゅうり	サンドイッチロールパン パン粉 さとう 小麦粉 米粉 でんぶん	油
14	金		えびピラフ(アルファー化米) 牛乳 さつまいもコロケ コールスローサラダ コンソメスープ	むきえび	飲用牛乳	にんじん	玉ねぎ セロリ キャベツ にんにく 玉ねぎ マッシュルーム キャベツ ホールコーン きゅうり 玉ねぎ	じゃがいも マカロニ アルファー化米 さつまいも さとう パン粉 小麦粉 コーングリッツ	バター 油 コールスロッドレッシング
17	月	○	小型ロールパン 牛乳 イタリアンスパゲッティ 焼きウインナー グリーンサラダ	ぶた肉 ウインナー	飲用牛乳	にんじん ピーマン	玉ねぎ マッシュルーム 枝豆 きゅうり キャベツ	小型ロールパン スパゲッティ さとう	油 イタリアンドレッシング
18	火	○	麦ごはん 牛乳 みそおでん ゆかりあえ 柿(1/8個)	ぶた肉 うずら卵 はんぺん 生揚げ 赤みそ	飲用牛乳 こんぶ	にんじん ゆかり粉	大根 こんにやく キャベツ きゅうり 柿	米 麦 里いも さとう	
19	水		ロウカット玄米ごはん 牛乳 ドライカレー ふくじんドレッシング ★ヨーグルト	牛肉 ぶた肉 大豆	飲用牛乳	にんじん ピーマン	玉ねぎ キャベツ 福神づけ	米 ロウカット玄米 さとう	油 油
20	木	○	中華めん 牛乳 塩ラーメンスープ ひじき入り揚げぎょうざ(2個) 小松菜のナムル	焼きぶた なんと とり肉 大豆粉	飲用牛乳 ひじき	にんじん にら 小松菜 にんじん	にんにく キャベツ 玉ねぎ ねぎ キャベツ 玉ねぎ もやし	中華めん でんぶん さとう 小麦粉 さとう	油 ごま油 白いりごま
21	金	○	白ごはん 牛乳 さば八丁みそ煮 塩こんぶあえ さわにわん	さば 八丁みそ ぶた肉 とうふ ゆば	飲用牛乳 塩こんぶ		ほうれんそう にんじん みつば ねぎ えのきたけ	米 さとう	ごま油
26	水		ロールパン 牛乳 ハッシュドビーフ ミニオムレツ キャロットサラダ	牛肉 たまご	飲用牛乳	トマトピューレ にんじん	玉ねぎ マッシュルーム ホールコーン 枝豆	ロールパン さとう 小麦粉 さとう でんぶん さとう	バター 油 油
27	木	○	麦ごはん 牛乳 春巻 キャベツとじゃこのあえ物 中華風野菜スープ さつまいもスティック ←かむかむチャレンジ	ぶた肉 ぶた肉	飲用牛乳 ちりめんじゃこ	にんじん には にんじん にんじん チンゲンサイ	キャベツ もやし エリンギ キャベツ もやし 玉ねぎ 干しいたけ しょうが	米 麦 でんぶん さとう 小麦粉 さとう	油 ごま油 ごま油 油
28	金		麦ごはん 牛乳 納ごしどうふのレバーミンチみそ 根菜のきんぴら みかん	納ごしどうふ ぶた肉 ぶたレバー 赤みそ とり肉	飲用牛乳		しょうが ごぼう れんこん こんにやく みかん	米 麦 さとう	油

◎献立予定表は6つの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等は記載していません。

アレルギーについては「アレルギー対象食品使用献立一覧表(詳細な献立表)」をご確認ください。

(献立について)

18日…「豊明の秋を味わう学校給食の日」です。豊明市産の**富有柿**を食べます。

21日…11月(い) 24日(日本食)の語呂合わせにちなみ、11月24日は**和食の日**です。一汁二菜、だしを使った汁物・和え物を取り入れた献立です。

※26日の**キャロットサラダ**に使用するにんじんは、農薬を減らして栽培された物を使用します。

※11月に使用する米と里いも、柿、キャベツ、ねぎの一部は豊明市内でとれた物を使用する予定です。

☆給食に関する疑問や質問等ありましたら、お気軽に担当の方までお尋ねください。

豊明市立学校給食センター

中央調理場: 電話0562-92-5730(配送校: 豊明小・中央小・沓掛小学校) 栄調理場: 電話0562-97-3901(配送校: 栄小・二村台小・大宮小・三崎小・館小)

★は、直接学校へ配送されるものです。

〈都合により献立内容が変わる場合があります。ご了承ください。〉



今月のかむかむチャレンジメニュー 27日 さつまいもスティック



さつまいもをスティック状に切って、油でカリッと揚げて甘く味付けしてあります。同じ食材でも、切り方や調理方法によってかみごたえのある食べ物に変身します。少しかたいので、よくかんで秋の味覚を味わいながら食べましょう。

