



令和7年度

11月こんだてひょう

11月の給食月目標

よくかんでたべよう！

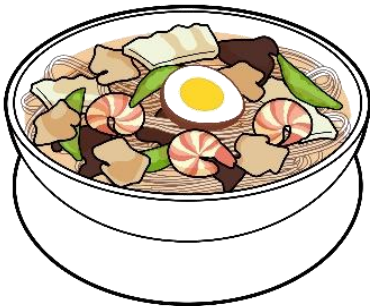
2025年11月 4日(火) 2025年11月 5日(水) 2025年11月 6日(木) 2025年11月 7日(金) 2025年11月10日(月)

献立名／食品名	献立名／食品名	献立名／食品名	献立名／食品名	献立名／食品名
【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)
【ごはん】 精白米 (211/276/325kcal)	【トマトスパゲティ】 カットスパゲティ ショルダーベーコン	【里芋ごはん】 金賞健康米 冷凍さといも	【ごはん】 精白米 (211/276/325kcal)	【ごはん(健康米)】 金賞健康米 (211/276/325kcal)
【肉じゃが】 和牛モモ肉 メークイン にんじん 玉葱 しらたき 菜種サラダ油 清酒 こいくちしょうゆ 中ざら糖 本みりん 水 (144/194/228kcal)	豚モモ肉 マッシュルーム水煮 玉葱 にんじん 赤ピーマン セロリー にんにく カットトマト水煮 オリーブ油 トマトケチャップ ウスターソース 上白糖 食塩 白こしょう とりがらスープ ワイン風調味料 (228/298/350kcal)	干し椎茸 にんじん うすくちしょうゆ 本みりん 清酒 上白糖 食塩 菜種サラダ油 (189/247/291kcal)	【鮭のしょうゆだれがけ】 銀さけ 食塩 清酒 しょうが こいくちしょうゆ 上白糖 本みりん 清酒 かたくり粉 水 (小6まで小126kcal/中1から大169kcal)	【鰻の竜田あげ】 とろあじ 清酒 食塩 かたくり粉 菜種白絞油 1切(188kcal)
【小松菜ソテー】 こまつな 玉葱 にんじん ショルダーベーコン オリーブ油 食塩 白こしょう こいくちしょうゆ 上白糖 (26/31/37kcal)	【粉チーズ(個包装)】 パルメザンチーズ(個包装) 1個(13kcal)	【鶏のハニースー】 鶏モモ肉 食塩 白こしょう しょうが ワイン風調味料 こいくちしょうゆ はちみつ マスタード(あらびき) ワイン風調味料 かたくり粉 水 (小3まで1個107kcal/小4から2個/213kcal)	【こふきいも】 メークイン 食塩 (小6まで18kcal/中1から24kcal)	【タイピーエン】 豚モモ肉 にんじん 玉葱 はくさい たけのこ水煮 干し椎茸 しょうが 緑豆ブレンド春雨 豚骨スープ白湯 うすくちしょうゆ 清酒 本みりん 白こしょう 食塩 菜種サラダ油 ごま油 水 (105/138/162kcal)
	【レタススープ】 鶏モモ肉 レタス メークイン にんじん 玉葱 とりがらスープ 食塩 白こしょう 本みりん うすくちしょうゆ かたくり粉 水 (41/54/63kcal)	【厚揚げのみそ汁】 絹厚揚げ はくさい にんじん だいこん 青ねぎ かつお宗田節(だし用) こんぶ(だし用) 麦みそ 水 (53/69/81kcal)	【チンゲン菜のみそ汁】 うすあげ チンゲン菜 玉葱 だいこん にんじん かつお宗田節(だし用) こんぶ(だし用) 麦みそ 水 (44/58/69kcal)	【味付けのり】 味付けのり 1個(9kcal)
	【グリーンピースドーナツ】 絹ごしとうふ ホットケーキミックス グリーンピースピューレ 粉糖 菜種白絞油 1個(125kcal)		【味付けのり】 味付けのり 1個(9kcal)	
(518/638/727kcal)	(544/627/688kcal)	(486/666/722kcal)	(545/624/731kcal)	(650/748/821kcal)

日本の郷土料理を知ろう

＜＜熊本県＞＞
「タイピーエン」

漢字で書くと
太平燕です。
熊本県発祥の
中華料理で、
中華料理で、
肉や野菜をたっぷり
入れた春雨スープで
す。
ゆで卵をのせること
が多いそうですが、
給食ではゆで卵は入
れていません。





※エネルギーの表示は小学部1-3/小学部4-6/中・高等部となっております。
※都合により食材を変更することがあります。

2025年11月11日(火)

2025年11月12日(水)

2025年11月13日(木)

2025年11月14日(金)

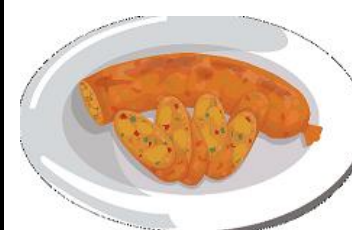
2025年11月18日(火)

献立名／食品名	献立名／食品名	献立名／食品名
【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)
【ごはん】 精白米 (211/276/325kcal)	【ごはん(健康米)】 金賞健康米 (211/276/325kcal)	【コッペパン】 コッペパン (小3まで小184kcal/小4から大276kcal)
【鶏の香味焼き】 鶏モモ肉 にんにく しょうが 玉葱 清酒 食塩 白こしょう (小3まで1個97kcal/小4から2個194kcal)	【マーボー丼のあん】 冷凍豆腐(便利とうふ) 豚ひき肉 しょうが にんにく 干し椎茸 玉葱 にら まめプラスミート 菜種サラダ油 清酒 上白糖 トウバンジャン テンメンジャン とりがらスープ こいくちしょうゆ 本みりん かたくり粉 ごま油 水 (144/194/225kcal)	【カレーブルスト】 酵母入りウィンナー トマトケチャップ トマトピューレ カレー粉 上白糖 水 (小3まで1本102kcal/小4から2本/203kcal)
【五目豆】 蒸し大豆 にんじん うすあげ つきこんにゃく 芽ひじき ごま油 清酒 本みりん 上白糖 こいくちしょうゆ かつお昆布だし (小6まで30g 41kcal/中1から40g 54kcal)	【レタス中華スープ】 鶏モモ肉 レタス にんじん 玉葱 ぶなしめじ しょうが 菜種サラダ油 とりがらスープ 本みりん うすくちしょうゆ 白こしょう 食塩 かたくり粉 ごま油 水 (43/56/66kcal)	【皇型ポテト】 北海道皇型ポテト 菜種白絞油 (77/79/93kcal)
【麩のすまし汁】 おつゆ麩 絹ごしとうふ にんじん だいこん 乾燥わかめ かつお宗田節(だし用) こんぶ(だし用) 食塩 うすくちしょうゆ 本みりん かたくり粉 水 (41/54/63kcal)		【レンズ豆のスープ】 レンズまめ(乾) 鶏モモ肉 にんじん 玉葱 セロリー しょうが とりがらスープ 食塩 白こしょう 本みりん ワイン風調味料 菜種サラダ油 水 (73/96/113kcal)
【さつまいもチップ】 サツマイモチップ 1個(22kcal)		
(549/724/795kcal)	(535/663/753kcal)	(573/791/822kcal)

給食で 世界を 巡ろう! ドイツ編

「カレーブルスト」

ドイツのベルリンで
定番のファスト
フードです。
焼いたソーセージに
ケチャップと
カレー粉をかけた
シンプルな料理です。
付け合わせには
フライドポテトや
パンを添えることが
多いそうです。



献立名／食品名	献立名／食品名
【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)
【ごはん(健康米)】 金賞健康米 (211/276/325kcal)	【ごはん(健康米)】 金賞健康米 (211/276/326kcal)
【チーズ入りハンバーグ】 豚ひき肉 牛ひき肉 玉葱 にんじん 豆乳クリーム パン粉 まめプラスミート 食塩 白こしょう ナツメグパウダー シュレッドチーズ 濃厚ソース トマトケチャップ デミグラスソース 上白糖 ワイン風調味料 水 (小3まで小128kcal/小4から大256kcal)	【鶏のから揚げ】 鶏モモ肉 食塩 清酒 こいくちしょうゆ しょうが かたくり粉 上新粉 菜種白絞油 (小3まで2個165kcal/小4から3個248kcal)
【かぶのみそ汁】 かぶ かぶ(葉) にんじん ぶなしめじ 絹厚揚げ かつお宗田節(だし用) こんぶ(だし用) 麦みそ 水 (53/69/81kcal)	【のっぺい汁】 にんじん だいこん こまつな 冷凍さといも つきこんにゃく 干し椎茸 かつお宗田節(だし用) こんぶ(だし用) 食塩 うすくちしょうゆ 本みりん かたくり粉 水 (34/45/53kcal)
【大豆ふりかけ】 大豆の華 上千ちりめん ごま(いり) 菜種サラダ油 清酒 塩こんぶ 本みりん 上白糖 こいくちしょうゆ (35kcal)	【ひじきふりかけ】 芽ひじき 大豆の華 ごま(いり) 上白糖 こいくちしょうゆ 本みりん かつお昆布だし (27kcal)
(564/773/834kcal)	(574/733/790kcal)



※エネルギーの表示は小学部1-3/小学部4-6/中・高等部となっております。
※都合により食材を変更することがあります。

2025年11月19日(水)	2025年11月20日(木)	2025年11月21日(金)	2025年11月25日(火)	2025年11月26日(水)	2025年11月27日(木)
献立名／食品名	献立名／食品名	献立名／食品名	献立名／食品名	献立名／食品名	献立名／食品名
【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)
【ごはん】 精白米 (211/276/327kcal)	【うずまき ^{ばん} パン】 バターうずまきパン (小3まで小193/小4から大289kcal)	【ごはん ^{けんこうこめ} (健康米)】 金賞健康米 (211/276/325kcal)	【ごはん ^{けんこうこめ} (健康米)】 金賞健康米 (189/247/291kcal)	【ごはん】 精白米 (211/276/327kcal)	【ソース ^{そーす} やきそば】 焼きそば用中華めん 豚モモ肉 まめプラスミート キャベツ にんじん 玉葱 もやし にら 菜種サラダ油 白こしょう 清酒 濃厚ソース ウスターソース (260/341/402kcal)
【豚肉 ^{ぶたにく} のみそ ^{まよい} マヨ炒め】 豚モモ肉 玉葱 にんじん キャベツ エリンギ しょうが 菜種サラダ油 食塩 白こしょう 清酒 上白糖 本みりん エッグケアマヨネーズ 米みそ かたくり粉 水 (109/152/175kcal)	【ミート ^{みーと} ビー ^{ビー} ンズ】 蒸し大豆 豚ひき肉 しょうが にんにく メークイン にんじん 玉葱 マッシュルーム水煮 まめプラスミート 白いんげん豆ピューレ 菜種サラダ油 トマトピューレ トマトケチャップ 豆乳クリーム とりがらスープ ワイン風調味料 白こしょう 食塩 上白糖 水 (136/178/209kcal)	【チキン ^{ちきん} カレー ^{かれー} ル ^る う】 鶏モモ肉 しょうが ワイン風調味料 菜種サラダ油 カレー粉 玉葱 にんじん 食塩 白こしょう 米粉カレー ^る ッ ウスターソース とりがらスープ 白いんげん豆ピューレ りんごピューレ 水 (101/144/166kcal)	【ごぼう ^{ごぼう} まぜごはん ^ご の具】 牛ひき肉 まめプラスミート ごぼう 青ピーマン にんじん 清酒 上白糖 食塩 白こしょう 菜種サラダ油 (53/66/79kcal)	【さば ^{しょうがに} の生姜 ^{しょうが} 煮】 まさば しょうが 白ねぎ 中ざら糖 清酒 こいくちしょうゆ こんぶ (だし用) 水 1切 (174kcal)	【かつお ^{かつお} 節 ^{ふし} (個包装)】 かつお加工品 (かつお節) 1個 (5kcal)
【ほうれん ^{ほうれん} 草 ^{そう} のスー ^{すー} プ】 スイートコーン水煮 ほうれんそう 絹ごしとうふ 玉葱 こんぶ (だし用) かつお宗田節 (だし用) うすくちしょうゆ 食塩 本みりん かたくり粉 水 (39/51/60kcal)	【マカロニ ^{まかろん} ニサ ^に ラ ^ら ダ】 シェルマカロニ 大豆の華 にんじん スイートコーン水煮 キャベツ エッグケアマヨネーズ レモン果汁 上白糖 菜種サラダ油 食塩 白こしょう ワイン風調味料 (77/93/109kcal)	【野菜 ^{やさい} ソ ^そ テー ^{てー} 】 酵母入りウィンナー こまつな にんじん エリンギ オリーブ油 食塩 白こしょう こいくちしょうゆ 上白糖 (29/37/44kcal)	【みそ ^{みそ} ちゃん ^{ちゃん} こ ^こ 風 ^{ふう} 煮】 鶏モモ肉 鉄腕ミートボール はくさい だいこん 白ねぎ にんじん えのきたけ にんにく しょうが かつお宗田節 (だし用) こんぶ (だし用) うすくちしょうゆ 本みりん 米みそ 水 (92/120/141kcal)	【じゃがいも ^{じゃがいも} の赤 ^{あか} だし】 メークイン にんじん 玉葱 だいこん うすあげ 乾燥わかめ かつお宗田節 (だし用) こんぶ (だし用) 麦みそ 八丁みそ 水 (56/73/86kcal)	【鶏 ^{とり} と野菜 ^{やさい} のスー ^{すー} プ】 鶏モモ肉 にんじん だいこん こまつな ぶなしめじ しょうが とりがらスープ 本みりん うすくちしょうゆ 白こしょう 食塩 かたくり粉 水 (58/76/89kcal)
【味 ^{あじ} 付け ^{つけ} のり】 味付けのり 1個 (9kcal)		【りんご ^{りんご} ヨー ^{ヨー} グル ^る ト】 りんごヨーグルト 1個 (48kcal)		【味 ^{あじ} 付け ^{つけ} のり】 味付けのり 1個 (9kcal)	【麴 ^ふ のラスク】 焼き麴 (おつゆ麴) グラニュー糖 有塩バター (69/90/106kcal)
(505/625/706kcal)	(543/697/744kcal)	(515/631/709kcal)	(471/570/648kcal)	(587/669/731kcal)	(529/649/739kcal)

献立名／食品名

牛乳	1本	(137kcal)
----	----	-----------

黒糖パン

雞毛毛肉

さつまいも

にんじん

玉葱

こまつな

菜種サラダ油

白いんげん豆ピューレ

上新粉

無調整豆乳

とりからスープ

白こしょう

白み-

食塩

水

切干大根

キャベツ

にんじん

大豆の華

エッグケアマヨネーズ

りんご酢

うすくちしょうゆ

上白糖

白こしょう

水

とろけるプリン（豆乳）

1個(77kcal)

(579/727/763kcal)

