

令和7年度 11月 給食献立表

国富町立学校給食共同調理場

日 (曜日)	行 事 等	☆献立名☆	主に体の組織をつくる(赤)		主に体の調子を整える(緑)		主にエネルギーになる(黄)		調味料	小学校 生徒 - (Kcal)	中学校 生徒 - (Kcal)	
			1群 卵・魚・肉・豆・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				
			減量麦ご飯	牛乳	にんじん ねぎ	だいこん しいたけ ごぼう	こめ むぎ	さけ あつけずりだし しょうゆ しお みりん		507	662	
4 (火)	かみかみ献立	五目うどん 五穀豆サラダ ごま塩	とりにく かまぼこ(イヨリ・タラ) ツナ(水煮)ごくまめ	ひじき	にんじん	キャベツ きゅうり	うどん ごくこうパン じやがいも カリフラワー コーン	ごこく さとう	しあわせ あつけずりだし しょうゆ しお こしょう ごましお	24.5	30.6	
5 (水)		黒糖パン 冬野菜ボトフ 花野菜サラダ	とりにく ポークピツツ ハム	牛乳	にんじん プロッコリー	たまねぎ	こくどうパン じやがいも エッグケアマヨネーズ	しろワイン とりがらスープ しょうゆ しお こしょう しお こしょう		579	741	
6 (木)		麦ご飯 豚汁 さんま生姜煮 そえきゅうり	ぶたにく とうふ、みそ さんま生姜煮	牛乳	にんじん	たまねぎ こんにゃく ごぼう ぶなしめじ しょうが きゅうり	こめ むぎ じやがいも	さけ にばしだし しお		583	746	
7 (金)		麦ご飯 八宝菜 大学芋	ぶたにく かまぼこ(イヨリ・タラ)	牛乳	にんじん いんげん	たまねぎ きくらげ はくさい たけのこ にんにく	こめ むぎ さとう でんぶん	さけ とりがらスープ しょうゆ オイスターソース ちゅうかスープストック さつまいも さとう みずあめ なたねあぶら ごま しょうゆ みりん		663	856	
10 (月)		麦ご飯 米粉のポークカレー 海藻サラダ	ぶたにく ツナ(水煮)	牛乳 かいそう	にんじん にんじん	たまねぎ ぶなしめじ にんにく キャベツ きゅうり	こめ むぎ じやがいも さとう さとう	あかワイン こめこカレーフレーク とりがらスープ しお こしょう ウスターソース ベーストチャツキ サラダあぶら ソイバター サラダあぶら す しょうゆ しお こしょう		589	759	
11 (火)	ペドカリック スト	麦ご飯 わかめスープ 牛焼肉炒め	べーコン とうふ ぎゅうにく	牛乳 わかめ	にんじん	たまねぎ えのきたけ にんにく しょうが たまねぎ キャベツ ビーマン(青・赤)	こめ むぎ ごま さとう	ごま サラダあぶら さけ しょうゆ オイスターソース コチジャン		571	735	
12 (水)	世界の料理	チーズパン スープ・オ・ピストウ 魚のレモンマリネ	~フランス料理~	牛乳	にんじん トマト ビーマン(青・赤)	たまねぎ だいこん キャベツ にんにく たまねぎ きゅうり ビーマン(黄・橙)	チーズパン マカロニ さとう でんぶん こめこ	さけ とりがらスープ しお こしょう サラダあぶら オリーブオイル しお さけ す レモンじる しょうゆ		552	706	
13 (木)		麦ご飯 ごま豆乳鍋 千切大根の酢の物	つくね とうふ、とうにゅう みそ とりにく	牛乳 こんぶ	こまつな にんじん	はくさい だいこん えのきたけ ぶなしめじ せんぎりだいこん きゅうり	こめ むぎ ごま さとう	にばしだし す しょうゆ		561	722	
14 (金)		麦ご飯 汁ビーフン ウインナーと野菜のソテー	ぶたにく かまぼこ(イヨリ・タラ)	牛乳	にんじん にら	たまねぎ たけのこ キャベツ もやし ぶなしめじ	こめ むぎ ビーフン	ごまあぶら サラダあぶら さけ とりがらスープ しお こしょう オイスターソース しお ウスターソース しお こしょう		552	710	
17 (月)		麦ご飯 春雨スープ 豚肉の生姜焼き	べーコン ぶたにく	牛乳 わかめ	にんじん	たまねぎ コーン たまねぎ ぶなしめじ キャベツ しょうが	こめ むぎ はるさめ さとう でんぶん	さけ みりん しょうゆ サラダあぶら	とりがらスープ ちゅうかスープストック しょうゆ しお こしょう 22.5 27.8		545	701
18 (火)	ひむかの日献立	麦ご飯 呉汁 ひむか炒め	だいす とうふ、みそ ぶたにく	牛乳	にんじん こまつな ビーマン にんじん	こんにゃく ぶなしめじ たまねぎ せんぎりだいこん えのきたけ	こめ むぎ じやがいも さとう	サラダあぶら さけ みりん しょうゆ オイスターソース		552	711	
19 (水)		ミニコッペパン ひむかナポリタン フレンチサラダ	ワインナー ハム	牛乳	にんじん トマト にんじん	たまねぎ ぶなしめじ にんにく キャベツ きゅうり	コッペパン スパゲティ さとう	サラダあぶら サラダあぶら ウスターソース しお こしょう ケチャップ す しょうゆ しお こしょう		549	713	
20 (木)		麦ご飯 マーボー豆腐 中華サラダ	とうふ、ぶたにく みそ かまぼこ(ホキ・タラ)	牛乳 わかめ	にら にんじん	たまねぎ たけのこ にんにく きゅうり もやし にんにく	こめ むぎ さとう でんぶん さとう	ごまあぶら ごまあぶら さけ みりん しょうゆ オイスターソース す しょうゆ		584	753	
21 (金)		麦ご飯 のっつい汁 しいらのごま揚げ煮 もやしのおひたし	とりにく あぶらあげ しいら	牛乳	にんじん ねぎ にんじん	こんにゃく ごぼう しょうが もやし	こめ むぎ さといも でんぶん でんぶん さとう さとう	にばしだし しお みりん しょうゆ なたねあぶら ごま さけ しお みりん しょうゆ		595	767	
25 (火)	和食の日献立	麦ご飯 石狩汁 ひじきの炒め煮	さけ とうふ、みそ とりにく だいす てんぶら(イヨリ・アジ)	牛乳 ひじき	にんじん にんじん にんじん いんげん	しょうが はくさい えのきたけ しいたけ	こめ むぎ じやがいも さとう	さけ にばしだし みりん しょうゆ		522	671	
26 (水)		ミルクパン チリコンカン ツナマヨサラダ	ぶたにく ミックスピーンズ ツナ(水煮)	牛乳	にんじん にんじん	たまねぎ ぶなしめじ にんにく きゅうり あおまめ	ミルクパン じやがいも さとう	サラダあぶら あかワイン とりがらスープ トマトピュレ チリソース ケチャップ ウスターソース ようふうスープストック しょうゆ 30.4 38.4		644	828	
27 (木)	郷土料理 県理	麦ご飯 京芋のけんちん汁 鶏肉のみそろばかし	あつあげ とりにく みそ	牛乳	にんじん こまつな にんじん	こんにゃく ねぎ ぶなしめじ こにゃく しいたけ ごぼう あおまめ しょうが	こめ むぎ きょういも じやがいも さとう	にばしだし しお みりん しょうゆ サラダあぶら さけ みりん しょうゆ		566	729	
28 (金)		麦ご飯 豆腐のすまし汁 鶏肉とさつまいもの揚げ煮	かまぼこ(イヨリ・タラ)とうふ とりにく	牛乳	にんじん ほうれんそう	えのきたけ コーン	こめ むぎ てんぶん さつまいも さとう はちみつ なたねあぶら サラダあぶら ごま	あつけずりだし しお みりん す しょうゆ しお こしょう みりん す しょうゆ		636	820	

【食品の原材料一覧】

商品名	原材料
エッグケアマヨネーズ	食用植物油(なたね・大豆)、醸造酢、食塩、砂糖、粉末状植物性たん白(大豆)、香辛料(マスター)、酵母エキスパウダー/増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、調味料(有機酸等)、香辛料抽出物・水
米粉のカレーフレーク	米粉、砂糖、ぶどう糖、食用油脂(ラード・バーム)、カレー粉、食塩、オニオンパウダー、トマトペースト、ガーリックパウダー、酵母エキス/カラメル色素
根菜入りつくね	「野菜」(ごぼう、にんじん、たまねぎ、さといも、れんこん、鶏肉、豚脂、粒状大豆たん白 [※] つなぎ)(てんぶん(タピオカ、ばれいしょ)、粉末状大豆たん白)、しょうゆ、砂糖、食塩、香辛料(ガーリック、ジンジャー)、揚げ油(なたね、バーム)
ペーストチャツネ	糖類(水あめ、ブドウ糖、砂糖)、りんご加工品、デーツピューレ、醸造酢、香辛料(とうもろこし)、にんにくペースト、食塩/酸味料
ソイバター	植物油(大豆油、バーム核油、バーム油)ヒマワリ油若しくはシア脂とバーム油)、豆乳クリーム、豆乳、大豆粉、食塩

商品名	原材料
ポークピツツ	豚肉、豚脂肪、でん粉、植物性たん白(大豆)、水あめ、ぶどう糖、食塩、香辛料、酵母エキス、グルタミン酸Na、リン酸塩(Na)、ビタミンC、亜硝酸Na、くん液、その他(ケーシング)
中華スープストック	食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物(大豆、鶏肉、豚肉)、オニオンパウダー、ガーリックパウダー、魚醤パウダー、酵母エキスパウダー、植物油脂(ごま)、ジンジャーパウダー、調味動物油脂(豚脂、大豆)、こしょう、乳酸発酵酵母エキスパウダー、乳酸発酵酵母エキスパウダー、チキンパウダー/カラメル色素
さんま生姜煮	さんま、砂糖、しょうゆ(小麦、大豆)、本みりん、でん粉(馬鈴薯)、生姜、食塩、水
ミックスピーンズ	ひよこ豆、青えんどう豆、レッドキドニー
ごま塩	食塩、黒ごま、でん粉(馬鈴薯)/調味料(アミノ酸等)