令和8年 11 月分 学校給食予定献立表

井原市学校給食センター

日 付	献 立 名	主 な 材 料			中 止 校
		主に体をつくるもとになる食品	主に体の調子をととのえるもとになる食品	主に体のエネルギーのもとになる食品	
2（月）	ごはん 牛乳 豚肉のしょうが炒め かきたま汁	★牛乳 豚肉 豆腐 卵	にんじん キャベツ こまつな しょうが たまねぎ えのきたけ ねぎ	★米 三温糖 片栗粉	高小 稲倉小 県小 木小
4（水）	ごはん 牛乳 タッカルビ わかめスープ	★牛乳 鶏肉 ベーコン 豆腐 わかめ みそ	キャベツ ピーマン ★にんにく しょうが すりおろしりんご にんじん たまねぎ たけのこ ねぎ	★米 三温糖 さつまいも 揚げ油 ごま油	
5（木）	鶏肉のクリームスパゲティ 牛乳 海藻サラダ	鶏肉 ウインナー ★牛乳 海藻ミックス ちりめん	★にんにく たまねぎ にんじん しめじ キャベツ もやし	ソフトめん 三温糖 ごま油	稲小6年 県小6年 芳幼 井幼 出幼
6（金）	**いい歯の日献立** ごはん 牛乳 筑前煮 はりはりあえ	★牛乳 鶏肉 ちくわ 昆布 ちりめん	にんじん ごぼう 干ししいたけ れんこん いんげん だいこん こまつな しょうが	★米 こんにゃく 三温糖	高小1～3年 出小1～3年 稲小 県小
9（月）	ごはん 牛乳 じゃがいものそぼろ煮 野菜のレモン酢あえ	★牛乳 鶏肉 わかめ	しょうが にんじん たまねぎ いんげん キャベツ こまつな レモン果汁	★米 じゃがいも こんにゃく 三温糖	
10（火）	パン 牛乳 ポトフ ツナサラダ	★牛乳 豚肉 ウインナー ツナ	にんじん たまねぎ キャベツ マッシュルーム だいこん こまつな とうもろこし	パン じゃがいも	芳小5年 木中2年
11（水）	ごはん 牛乳 鰺の南蛮漬け キャベツのあえ物 豆腐のすまし汁	★牛乳 鰺 豆腐 わかめ	しょうが レモン果汁 キャベツ たくあん にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ	★米 揚げ油 三温糖 片栗粉	出小6年 芳小5年 木中2年 西幼 大幼 出幼
12（木）	ふわふわ丼 牛乳 大豆とわかめの酢の物	豚肉 卵 ★牛乳 大豆 わかめ	にんじん たまねぎ 干ししいたけ ねぎ チンゲン菜 もやし	★米 ★麦 焼きふ 片栗粉 三温糖 ごま油	高小6年 出小6年 木小1～3年 木中2年
13（金）	きのこごはん 牛乳 吹き寄せ煮 白菜のみそ汁	★牛乳 鶏肉 ちくわ 昆布 厚揚げ わかめ みそ	ごぼう だいこん にんじん 干ししいたけ はくさい えのきたけ しめじ まいたけ たもぎたけ	★米 さといも 三温糖	高小6年
16（月）	ごはん 牛乳 厚揚げと豚肉のみそ煮 白菜のおひたし	★牛乳 豚肉 厚揚げ 糸かつお みそ	にんじん たまねぎ 干ししいたけ いんげん はくさい ほうれん草	★米 じゃがいも 三温糖	大小 大幼 出幼
17（火）	パン 牛乳 秋野菜のシチュー 小松菜とコーンのサラダ *ピオーネジャム	★牛乳 鶏肉 ベーコン	にんじん たまねぎ しめじ かぶ グリンピース こまつな もやし とうもろこし レモン果汁	パン さつまいも 三温糖 ピオーネジャム	高中1年
18（水）	ごはん 牛乳 寄せ鍋 大根の甘酢あえ *黒豆個袋	★牛乳 鶏肉 いか 焼き豆腐 わかめ ちりめん ロースト黒豆	にんじん しめじ はくさい ほうれん草 ねぎ だいこん	★米 三温糖	
19（木）	みそラーメン 牛乳 揚げぎょうざ ばんさんすう	豚肉 わかめ みそ ★牛乳 ぎょうざ ハム	★にんにく しょうが たまねぎ にんじん もやし とうもろこし ねぎ キャベツ	中華めん 揚げ油 はるさめ 三温糖 ごま油	西小6年 木中
20（金）	**和食の日献立** ごはん 牛乳 鰆のレモンみそかけ キャベツのおかかあえ のっぺい汁	★牛乳 鰆 みそ 糸かつお 鶏肉 油揚げ	レモン果汁 キャベツ にんじん ごぼう ねぎ	★米 三温糖 こんにゃく さといも 片栗粉	西小6年 木中 芳幼 木幼
24（火）	ドライカレーサンド 牛乳 もち麦入り野菜スープ	豚肉 大豆 ★牛乳 ベーコン	たまねぎ にんじん とうもろこし キャベツ	パン じゃがいも もち麦	井小 高幼
25（水）	ごはん 牛乳 麻婆大根 中華あえ	★牛乳 豚肉 みそ	★にんにく しょうが だいこん たまねぎ にんじん 干ししいたけ ねぎ もやし とうもろこし	★米 三温糖 ごま油 片栗粉	高中 高幼
26（木）	ごはん 牛乳 おでん 小松菜のあえ物	★牛乳 豚肉 厚揚げ ちくわ	にんじん だいこん はくさい こまつな	★米 こんにゃく さといも 三温糖	高中 芳中 木幼
27（金）	ごはん 牛乳 鯖のしょうがじょうゆかけ キャベツと塩昆布のあえ物 さつまいものみそ汁	★牛乳 鯖 塩昆布 油揚げ わかめ みそ	しょうが キャベツ にんじん だいこん たまねぎ ねぎ	★米 片栗粉 揚げ油 三温糖 さつまいも	
30（月）	**木幼リクエスト給食** ハヤシライス 牛乳 かぼちゃのコロッケ 添え野菜 *ミルメーク	豚肉 ★牛乳	★にんにく たまねぎ にんじん グリンピース かぼちゃコロッケ とうもろこし キャベツ	★米 ★麦 じゃがいも 揚げ油 ミルメーク	

※給食食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★は地場産物（県内産を含む