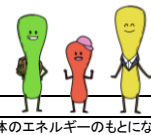


令和6年度



## 11月 学校給食予定献立表



井原市学校給食センター

| 日 曜    | 献 立 名                                       | 主 な 材 料        |    |                              |                              |                                                       |                                | 中 止 校                               |                    |                |                |
|--------|---------------------------------------------|----------------|----|------------------------------|------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------|-------------------------------------|--------------------|----------------|----------------|
|        |                                             | 主に体をつくるものになる食品 |    | 主に体の調子をととのえるものになる食品          |                              | 主に体のエネルギーのもとになる食品                                     |                                |                                     |                    |                |                |
| 1 (金)  | ポークカレー<br>レモンサラダ                            | 牛乳             | 牛乳 | 豚肉                           | にんにく<br>にんじん<br>りんご<br>レモン果汁 | たまねぎ<br>グリーンピース<br>チャツネ<br>キャベツ<br>とうもろこし             | ★米<br>じゃがいも                    | ★麦<br>三温糖                           | 木小5年               | 出幼             |                |
| 5 (火)  | ごはん<br>おでん<br>手作りふりかけ                       | 牛乳             | 牛乳 | 鶏肉<br>さつまあげ<br>ちりめん<br>かつおぶし | 昆布<br>鮭<br>ひじき               | だいこん<br>こまつな<br>にんじん                                  | ★米<br>こんにやく<br>ごま              | じゃがいも<br>三温糖                        | 高小                 | 井幼             |                |
| 6 (水)  | ごはん<br>ミンチカツ<br>添え野菜<br>きのこスープ              | 牛乳             | 牛乳 | 鶏肉                           | ミンチカツ                        | キャベツ<br>しめじ<br>にんじん<br>マッシュルーム                        | ★米<br>マヨネーズ                    | 揚げ油                                 | 高幼                 | 大幼             |                |
| 7 (木)  | 長崎県の郷土料理<br>ちゃんぽん<br>平つくね                   | 牛乳             | 牛乳 | 豚肉<br>いか                     | 平つくね<br>えび                   | しょうが<br>★たまねぎ<br>しめじ                                  | はくさい<br>もやし<br>ねぎ              | 中華めん                                |                    |                |                |
| 8 (金)  | いい歯の日献立<br>ごはん<br>焼きししゃも<br>豚汁              | 牛乳             | 牛乳 | さきいか<br>みそ                   | ししゃも<br>豚肉                   | だいこん<br>ねぎ<br>たまねぎ                                    | ★米<br>三温糖                      | ごま<br>じゃがいも                         | 高小5年               | 出小1～3年         |                |
| 11 (月) | あぶたま丼<br>ゆず香あえ                              | 牛乳             | 牛乳 | ちくわ<br>ちりめん                  | 油揚げ<br>卵                     | たまねぎ<br>だいこん<br>ゆず果汁                                  | ★米<br>三温糖                      | ★麦<br>片栗粉                           | 県小<br>県幼           | 芳小5年           |                |
| 12 (火) | パン<br>ハンバーグ<br>秋野菜のシチュー                     | 牛乳             | 牛乳 | 鶏肉                           | ハンバーグ<br>生クリーム               | にんじん<br>しめじ                                           | たまねぎ<br>ほうれんそう                 | パン                                  | さつまいも              | 芳小5年<br>木中2年   |                |
| 13 (水) | ごはん<br>八宝菜<br>大根のしょうゆ漬                      | 牛乳             | 牛乳 | いか<br>豚肉                     | えび                           | しょうが<br>はくさい<br>にんじん                                  | たけのこ<br>たまねぎ<br>だいこん           | ★米<br>片栗粉                           | ごま油<br>三温糖         | 木中2年<br>出幼     | 井中             |
| 14 (木) | ごはん<br>鯖の竜田揚げ<br>キャベツのレモンあえ<br>豆腐のみそ汁       | 牛乳             | 牛乳 | 豆腐<br>わかめ                    | 鯖<br>油揚げ<br>みそ               | しょうが<br>ブロッコリー<br>しめじ<br>にんじん                         | キャベツ<br>レモン果汁<br>たまねぎ<br>ねぎ    | ★米<br>片栗粉                           | 揚げ油<br>三温糖         | 木中2年           | 井中             |
| 15 (金) | わかめごはん<br>じゃがいものそぼろ煮<br>きのこあえ               | 牛乳             | 牛乳 | 豚肉<br>わかめ<br>かつおぶし           | わかめ                          | しょうが<br>にんじん<br>キャベツ<br>しめじ                           | たまねぎ<br>グリーンピース<br>えのきたけ       | ★米(わかめごはん)<br>じゃがいも<br>こんにやく<br>三温糖 |                    |                |                |
| 18 (月) | ごはん<br>ちゃんこ鍋<br>きんぴらごぼう                     | 牛乳             | 牛乳 | いか<br>厚揚げ                    | 鶏肉<br>えび<br>さつまあげ            | だいこん<br>ねぎ<br>にんじん                                    | はくさい<br>ごぼう                    | ★米<br>三温糖                           | こんにやく<br>ごま        | 稲小<br>井小<br>高幼 | 西小<br>西幼<br>出幼 |
| 19 (火) | 世界の料理(フィンランド)<br>パン<br>サケのクリームスープ<br>ポテトサラダ | 牛乳             | 牛乳 | ウインナー<br>ハム                  | 鮭<br>生クリーム                   | たまねぎ<br>にんじん<br>マッシュルーム<br>ブロッコリー                     | にんじん<br>パセリ                    | パン<br>じゃがいも                         | ブルーベリージャム<br>マヨネーズ |                |                |
| 20 (水) | ごはん<br>麻婆大根<br>中華あえ                         | 牛乳             | 牛乳 | みそ<br>ハム                     | 豚肉<br>ハム                     | にんにく<br>だいこん<br>にんじん<br>チンゲンサイ                        | しょうが<br>たまねぎ<br>ほししいたけ<br>キャベツ | ★米<br>ごま油<br>ごま                     | 三温糖<br>片栗粉         |                |                |
| 21 (木) | 香川県の郷土料理<br>しっぽううどん<br>磯煮                   | 牛乳             | 牛乳 | 鶏肉<br>ひじき                    | 大豆<br>油揚げ<br>さつまあげ           | だいこん<br>ほししいたけ<br>ねぎ<br>にんじん                          | にんじん<br>ほうれんそう<br>いんげん         | うどん<br>ごま油<br>三温糖                   | さといも<br>こんにやく      |                |                |
| 22 (金) | 和食の日献立<br>ごはん<br>鰯のかば焼き<br>さつまいものみそ汁        | 牛乳             | 牛乳 | 豆腐<br>みそ                     | 鰯<br>油揚げ                     | しょうが<br>つぼ漬<br>にんじん<br>ごぼう                            | キャベツ<br>しめじ<br>たまねぎ<br>ねぎ      | ★米<br>揚げ油<br>さつまいも                  | 片栗粉<br>三温糖         | 芳幼             |                |
| 25 (月) | きのこごはん<br>厚揚げと豚肉のみそ煮<br>ほうれん草のごまあえ          | 牛乳             | 牛乳 | 豚肉<br>みそ                     | 厚揚げ                          | いんげん<br>にんじん<br>ほししいたけ<br>キャベツ<br>しめじ<br>まいたけ<br>たまねぎ | だいこん<br>たまねぎ<br>ほうれんそう         | ★米(きのこごはん)<br>三温糖<br>ごま             |                    | 井幼             |                |
| 26 (火) | パン<br>ポークビーンズ<br>フレンチサラダ                    | 牛乳             | 牛乳 | 大豆                           | 豚肉                           | たまねぎ<br>グリーンピース<br>パインアップル                            | しめじ<br>キャベツ<br>レモン果汁           | パン<br>サラダ油                          | じゃがいも<br>三温糖       | 芳中<br>木幼       | 県幼             |
| 27 (水) | ごはん<br>チキン南蛮<br>添え野菜<br>大根のみそ汁              | 牛乳             | 牛乳 | 油揚げ                          | 鶏肉<br>みそ                     | カリフラワー<br>★だいこん<br>にんじん                               | ねぎ<br>しめじ<br>たまねぎ              | ★米<br>揚げ油<br>タルタルソース                | 片栗粉<br>三温糖         | 木中             | 芳中             |
| 28 (木) | 中華丼<br>紅白なます                                | 牛乳             | 牛乳 | いか<br>油揚げ                    | 豚肉<br>えび                     | しょうが<br>はくさい<br>ほししいたけ<br>だいこん                        | たまねぎ<br>たけのこ<br>ねぎ<br>にんじん     | ★米<br>ごま油<br>三温糖                    | ★麦<br>片栗粉<br>ごま    | 木中             |                |
| 29 (金) | ごはん<br>鯖のもろみみそ焼き<br>吹き寄せ煮                   | 牛乳             | 牛乳 | もろみ<br>ちくわ                   | 鯖<br>鶏肉<br>昆布                | にんじん<br>ごぼう<br>だいこん                                   | ほししいたけ                         | ★米<br>片栗粉<br>さといも                   | 三温糖<br>こんにやく       |                |                |

※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(県内産含む)