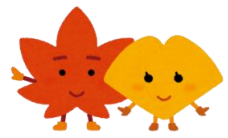
令和８年度　１１月　学校給食献立予定表





廿日市市立大野学校給食センター

日・曜	こんだてめい	おもなざいりょう 黄（き） 熱や力のもとになる	赤（あか） 体をつくる	緑（みどり） 体の調子を整える	食塩相当量（グラム） 目標量 小（上）：2.0g未満 中（下）：2.5g未満	野菜の量（グラム） 目標量 小（上）：100 中（下）：120
2 月	ごはん　牛乳 なまあげのちゅうかに きりぼしだいこんのナムル	こめ　こめあぶら　さとう ごまあぶら　でんぷん　ごま	牛乳　とりにく　なまあげ しらすぼし　こんぶ	にんじん　たけのこ　たまねぎ ほししいたけ　しょうが チンゲンサイ　きくらげ きりぼししだいこん　こまつな	1.4 1.8	88 118
4 水	ごはん　牛乳 カレーふうみにくじゃが だいこんとハムのサラダ　★食べようデイ	こめ　じゃがいも　さとう こめあぶら　べにばなあぶら	牛乳　ぎゅうにく　ロースハム	にんじん　たまねぎ さやいんげん　だいこん いとこんにゃく　キャベツ	1.2 1.4	106 143
5 木	はいがパン　牛乳 きのこのクリームシチュー ビーンズサラダ	コッペパン（さとう　バター こむぎはいが）　じゃがいも バター　こめこ　さとう べにばなあぶら	牛乳　とりにく しろいんげんまめのペースト スキムミルク　なまクリーム だいず　ツナ	しめじ　なましいたけ たまねぎ　にんじん　えだまめ コーン　キャベツ	2.2 2.9	88 119
6 金	ひじきのおすし　牛乳 とんじる だいがくいも	こめ　さとう　さつまいも なたねあぶら　くろざとう くろごま	牛乳　ひじき　こうやどうふ さつまあげ　ぶたにく とうふ　みそ	にんじん　みつば　こんにゃく しめじ　だいこん　ねぎ	3.4 4.2	44 59
9 月	れんこんいりぶたみそどんぶり 牛乳 こまつなのごまあえ ★いい歯の日（かむかむ献立）	こめ　ごまあぶら　さとう でんぷん　ごま　ねりごま	牛乳　ぶたにく　あかみそ ちくわ	たまねぎ　にんじん いとこんにゃく　まいたけ キャベツ　れんこん　にんにく しょうが　もやし　こまつな	1.8 2.2	119 160
10 火	ミニパインパン　牛乳 かいせんいりちゃんぽんめん 〔1食用中華麺〕 ほうれんそうのおかかあえ　★郷土料理の日（長崎県）	コッペパン　ちゅうかめん ごまあぶら　さとう	牛乳　ぶたにく　いか えび　かつおぶし	（パイン）にんじん　たまねぎ キャベツ　きくらげ　ねぎ ほうれんそう　もやし	2.6 3.5	130 176
11 水	こんさいカレーライス 牛乳 しらすのサラダ	こめ　じゃがいも　はちみつ バター　こめこ　さとう べにばなあぶら	牛乳　とりにく　ヨーグルト しらすぼし	たまねぎ　にんじん　ごぼう れんこん　だいこん　にんにく しょうが　トマト缶　キャベツ こまつな	2.0 2.5	145 196
12 木	セルフウインナーサンド 牛乳　レンズまめのスープ みかん	コッペパン　こめあぶら さとう　じゃがいも	牛乳　ウィンナー　とりにく レンズまめ	たまねぎ　キャベツ　にんじん こまつな　みかん	3.2 4.3	75 101
13 金	ごはん　牛乳 さばのたつたあげ キャベツのこんぶあえ はっすん　★郷土料理の日（西部地域）	こめ　さとう　でんぷん なたねあぶら　さといも こめあぶら	牛乳　さば　こんぶ とりにく　なまあげ	キャベツ　ごぼう　だいこん にんじん　れんこん こんにゃく　ほししいたけ	1.4 1.7	75 101
16 月	ごはん　牛乳 マーボーだいこん こまつなのあえもの	こめ　ごまあぶら　さとう でんぷん　ごま	牛乳　ぶたにく　とうふ あかみそ　みそ　こんぶ しらすぼし	だいこん　たまねぎ　たけのこ にんじん　ねぎ　にんにく しょうが　こまつな　もやし	2.7 3.7	164 221
17 火	ごはん　牛乳★郷土料理の日（神石高原町） とりにくのからあげ こんにゃくのゆずみそあえ ながいものすましじる	こめ　でんぷん なたねあぶら　さとう　ごま ながいも	牛乳　とりにく　みそ とうふ	にんにく　しょうが こんにゃく　ゆず　にんじん ごぼう　だいこん　えのきたけ ねぎ	1.8 2.5	45 61
18 水	ごはん　牛乳　卵 除去食 **こうやどうふのたまごとじ** キャベツのごまずあえ	こめ　こめあぶら　さとう ごま	牛乳　こうやどうふ とりにく　さつまあげ **たまご**　しらすぼし	にんじん　たまねぎ　たけのこ ほししいたけ　さやいんげん キャベツ　もやし	1.3 1.8	124 167
19 木	こくとうパン　牛乳 かぶとひよこまめのポトフ コーンサラダ　★教科等と関連した献立	コッペパン（くろざとう） じゃがいも　さとう べにばなあぶら	牛乳　ウィンナー ひよこまめ　ツナ	にんじん　たまねぎ　かぶ セロリー　コーン　キャベツ	2.2 3.0	132 178
20 金	ごはん　牛乳★食育の日:和食の基本献立 さんまのしおやき こまつなのおひたし 11がつのみそしる　★今月のみそ汁	こめ　さとう　さつまいも	牛乳　さんま　かつおぶし なまあげ　みそ	こまつな　もやし　にんじん だいこん　たまねぎ　ねぎ	2.1 2.7	85 122
24 火	ミニセサミパン　牛乳 ソフトめんミートソース 〔１食用ソフト麺〕 ツナサラダ	コッペパン（さとう　バター ごま） ソフトめん　オリーブあぶら さとう　べにばなあぶら	牛乳　ぎゅうにく　ぶたにく ツナ	にんじん　たまねぎ　にんにく セロリー　パセリ　トマト缶 キャベツ	2.5 3.2	152 205
25 水	ごはん　牛乳　★和食の日献立 ひろしまけんさん 　てんねんまだいのてりやき はくさいのしそふうみ さわにわん　★おいしい！広島給食	こめ　さとう　でんぷん	牛乳　たい　ぶたにく	はくさい　にんじん　しそ ごぼう　だいこん なましいたけ　みつば	1.5 1.9	103 139
26 木	ツイストパン　牛乳 ぶたにくとやさいのトマトに ハシュランsweet potato salad 〔１食用マヨネーズ〕★東小児童考案メニュー	コッペパン（さとう　バター） オリーブあぶら　さつまいも さとう　マヨネーズ	牛乳　ぶたにく　ロースハム	にんじん　たまねぎ　キャベツ エリンギ　トマト缶　えだまめ コーン	2.6 3.7	157 212
27 金	むぎごはん　牛乳 チャプチェ もずくスープ　りんご	こめ（おおむぎ）　ごまあぶら はるさめ　さとう	牛乳　ぎゅうにく　ベーコン もずく　とうふ	にんにく　たまねぎ　にんじん たけのこ　こまつな　ねぎ りんご	1.9 2.6	90 122
30 月	あきのかおりごはん　牛乳 かつおのからあげ なまあげのあかだし	こめ　さといも　でんぷん なたねあぶら　ふ	牛乳　あぶらあげ　とりにく かつお　なまあげ　わかめ みそ　あかみそ	にんじん　なましいたけ えのきたけ　たまねぎ　ねぎ	2.8 3.8	46 62



＊（　　）は、パン、ごはんに入っている材料、〔　　〕は１食用小袋のものです。
＊詳しい材料が示してある、「学校給食献立別使用食材一覧表」を各学校に送っています。必要な方は、担任の先生までお申し出ください。
＊食塩相当量と野菜の量を掲載していますので、食生活の参考にしてください。
＊都合により、献立や食材料を変更することがありますのでご了承ください。
＊アレルギー対応として、これまでお子さんが食べたことがない食べ物が出ている場合は、念のため、ご家庭で事前に食べる経験をしておく等、ご配慮ください。
＊10日（火）１食用中華麺、24日（火）１食用ソフト麺は、同じ製造ラインで卵を使った麺、日本そばを製造しています。