



令和7年度11月分学校給食予定献立表



笠岡市学校給食センター

日付	こ ん だ て め い	体をつくるものになる	体の調子をととのえる	エネルギーのもとになる
4(火)	《 読書週間献立 ～金浦小学校～ 》 オムライス（ケチャップ小袋） 牛乳 ポトフ ヨーグルト	若鶏肉 牛乳 ウインナー ヨーグルト オムライスシート	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース だいこん キャベツ パセリ	米 じゃがいも
5(水)	《 読書週間献立 ～城見小学校～ 》 ごはん 牛乳 ちくわの天ぷら ごまあえ じゃがいものみそ汁 納豆	牛乳 ちくわ 青さ 鶏ささみ 油揚げ みそ 納豆	もやし キャベツ えだまめ にんじん だいこん たまねぎ 葉ねぎ	米 小麦粉 大豆油 三温糖 ねりごま ごま油 じゃがいも
6(木)	《 読書週間献立 ～中央小学校～ 》 麦ごはん 牛乳 ちゃんご鍋 手作りふりかけ おむすびころんちよ	牛乳 若鶏肉 肉団子 豆腐 しらす干し かつお節 たらこ おむすびころんちよ	はくさい だいこん しめじ にんじん 白ねぎ こまつな	米 麦 くずきり ごま 三温糖
7(金)	《 読書週間献立 ～笠岡小学校～ 》 パン 牛乳 クリームシチュー ツナサラダ なし	牛乳 若鶏肉 チーズ ツナ	たまねぎ にんじん マッシュルーム とうもろこし パセリ キャベツ もやし なし	パン じゃがいも
10(月)	《 地産地消週間 》 フォカッチャ 牛乳 ラザニア 野菜のスープ煮 一口ゆずレモンゼリー	牛乳 豚肉 若鶏肉 ウインナー	にんにく たまねぎ にんじん はくさい だいこん マッシュルーム パセリ	じゃがいも ぎょうざの皮 一口ゆずレモンゼリー フォカッチャ
11(火)	《 地産地消週間 》 ごはん 牛乳 いかと黒大豆の甘辛あえ ひじきあえ だいこんのみそ汁	牛乳 いか 黒大豆 しそひじき 油揚げ わかめ みそ	キャベツ にんじん もやし しめじ たまねぎ だいこん 葉ねぎ	米 でん粉 大豆油 三温糖
12(水)	《 地産地消週間 》 ごはん 牛乳 じゃがいものそぼろ煮 おひたし イラスト味付けのり	牛乳 豚肉 がんもどき かつお節 イラスト味付けのり	しょうが たまねぎ にんじん さやいんげん こまつな はくさい もやし	米 じゃがいも こんにゃく 三温糖
13(木)	《 地産地消週間 》 ごはん 牛乳 さばの塩焼き 甘酢あえ 豚汁	牛乳 さば かまぼこ 豚肉 油揚げ みそ	キャベツ こまつな もやし にんじん しょうが ごぼう だいこん 葉ねぎ	米 三温糖 さつまいも
14(金)	《 地産地消週間 》 親鶏肉入り炊き込みごはん 牛乳 千草あえ 豆腐のすまし汁 ごんぼうかりんとう	親鶏肉 牛乳 いか 豆腐 かまぼこ	ごぼう にんじん 干しいたけ キャベツ もやし たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米 ごま 三温糖 ごんぼうかりんとう
17(月)	ひき肉のエスニックごはん 牛乳 春雨スープ	豚肉 牛乳 ウインナー	にんにく たまねぎ 干しいたけ ピーマン にんじん とうもろこし えだまめ えのきたけ はくさい 葉ねぎ	米 麦 三温糖 春雨
18(火)	ごはん 牛乳 いわしの甘辛揚げ 塩昆布あえ けんちん汁	牛乳 いわし 塩昆布 豆腐 油揚げ	しょうが キャベツ にんじん もやし たまねぎ だいこん ごぼう 葉ねぎ	米 でん粉 大豆油 三温糖 こんにゃく ごま油
19(水)	《 吉田小学校 希望献立 》 みそラーメン 牛乳 焼きぎょうざ ナムル きなこきびだんご	豚肉 みそ 牛乳 鶏ささみ ぎょうざ	しょうが たまねぎ にんじん もやし メンマ 葉ねぎ キャベツ チンゲンサイ とうもろこし	中華めん 三温糖 ごま油 きなこきびだんご
20(木)	ふわふわ丼 牛乳 たくあんあえ りんご	若鶏肉 豆腐 牛乳	たまねぎ にんじん えのきたけ 葉ねぎ はくさい もやし たくあん りんご	米 麦 麩 三温糖 でん粉
21(金)	スイートポテトパン 牛乳 肉団子のハヤシソース煮込み キャベツのサラダ	牛乳 肉団子 ツナ	たまねぎ マッシュルーム にんじん ブロッコリー トマト キャベツ もやし とうもろこし	スイートポテトパン じゃがいも バター
25(火)	ごはん 牛乳 豚肉と野菜のみそ煮 ゆかりあえ みかん	牛乳 豚肉 厚揚げ みそ	しょうが たまねぎ だいこん にんじん さやいんげん キャベツ もやし しそごはんの素 みかん	米 じゃがいも こんにゃく 三温糖
26(水)	ごはん 牛乳 焼きししゃも ごぼうとちくわのマヨネーズあえ かきたま汁	牛乳 子持ししゃも ちくわ かまぼこ 豆腐 卵	ごぼう キャベツ こまつな にんじん たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米 三温糖 マヨネーズ でん粉
27(木)	《 新吉中学校 希望献立 》 ごはん 牛乳 ヤンニョムチキン もやしのあえもの わかめスープ フルーツ杏仁	牛乳 若鶏肉 ツナ 豆腐 わかめ	にんにく キャベツ もやし チンゲンサイ にんじん たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米 でん粉 大豆油 三温糖 ごま油 ごま フルーツ杏仁
28(金)	ごはん 牛乳 さわらのレモン焼き おかかあえ とりごぼう汁	牛乳 さわら かつお節 若鶏肉 油揚げ かまぼこ	たまねぎ 黄ピーマン 赤ピーマン レモン果汁 こまつな キャベツ もやし にんじん しょうが ごぼう 葉ねぎ	米 三温糖