

令和８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	体をつくるもとになる	体の調子をととのえる	エネルギーのもとになる
2(月)	豚丼　牛乳　甘酢あえ　さといものみそ汁	豚肉　牛乳　糸かまぼこ　油揚げ わかめ　みそ	しょうが　にんにく　たまねぎ もやし　にら　キャベツ こまつな　にんじん　だいこん 葉ねぎ	米　麦　三温糖　さといも
4(水)	ごはん　牛乳　えびといかのチリソース煮　はくさいの中華スープ プルーン	牛乳　えび　いか　豚肉	たまねぎ　しょうが　にんにく グリンピース　はくさい にんじん　しめじ　葉ねぎ プルーン	米　三温糖　でん粉　春雨
5(木)	ごはん　牛乳　鮭のごまみそだれかけ　梅かつおあえ　豚汁	牛乳　鮭　みそ　糸かつお　豚肉 油揚げ	白ねぎ　にんにく　もやし キャベツ　ほうれんそう にんじん　梅干し　しょうが ごぼう　たまねぎ　葉ねぎ	米　三温糖　ごま　さつまいも こんにゃく
6(金)	《　北川小学校　希望献立　》 パン　牛乳　ささみのチーズフライ　春雨サラダ　コンソメスープ 豆乳クリーム大福	牛乳　ささみチーズフライ　ハム ウインナー	にんじん　キャベツ　きゅうり たまねぎ　だいこん とうもろこし　しめじ　パセリ	パン　サラダ油　春雨　三温糖 ごま油　豆乳クリーム大福
9(月)	ごはん　牛乳　豚肉と野菜のみそ煮　はりはり漬け　ふりかけ	牛乳　豚肉　厚揚げ　みそ さきいか　するめいか　ふりかけ	だいこん　たまねぎ　にんじん さやいんげん　干し大根 ほうれんそう	米　こんにゃく　じゃがいも 三温糖
10(火)	キムタクごはん　牛乳　だいこんの中華あえ　春雨スープ	豚肉　牛乳　焼豚　ベーコン 肉団子	キムチ　たくあん　枝豆 だいこん　きゅうり　にんじん たまねぎ　えのきたけ　もやし チンゲンサイ	米　ごま油　三温糖　春雨
11(水)	ソフトめんのシーフードトマトソースかけ　牛乳　シーザーサラダ	ベーコン　いか　えび　牛乳 ハム	にんじん　たまねぎ　キャベツ マッシュルーム　トマト　なす グリンピース　にんにく きゅうり　とうもろこし	ソフトめん　オリーブオイル
12(木)	ごはん　牛乳　たらのピリカラ焼き　カリポリあえ　鶏肉とごぼうのみそ汁	牛乳　たら　鶏肉　油揚げ　みそ	しょうが　にんにく　りんご 白ねぎ　だいこん　きゅうり たくあん　にんじん　たまねぎ ごぼう　はくさい　葉ねぎ	米　三温糖　ごま
13(金)	ごはん　牛乳　手作りとんかつ　そえ野菜　みそ汁	牛乳　豚肉　卵　油揚げ　豆腐 わかめ　みそ	キャベツ　もやし　にんじん たまねぎ　しめじ　葉ねぎ	米　小麦粉　パン粉　サラダ油
16(月)	《　地産地消週間　》 ハヤシライス　牛乳　海藻サラダ　ヨーグルト	牛肉　脱脂粉乳　牛乳 糸かまぼこ　昆布　ヨーグルト	にんにく　にんじん　たまねぎ マッシュルーム　グリンピース トマト　キャベツ　もやし きゅうり　とうもろこし	米　麦　じゃがいも　バター 三温糖
17(火)	《　地産地消週間　》 ごはん　牛乳　えびと黒大豆の甘酢がらめ　ごまだれあえ　かきたま汁 イラスト味付けのり	牛乳　黒豆　しばえび　かまぼこ 豆腐　卵　のり	ごぼう　キャベツ　枝豆 にんじん　たまねぎ　えのきたけ 葉ねぎ	米　サラダ油　三温糖　ごま ねりごま　ごま油　でん粉
18(水)	《　地産地消週間　》 ごはん　牛乳　さばの塩焼き　千草あえ　かぼちゃのみそ汁	牛乳　さば　いか　油揚げ　みそ	はくさい　もやし　こまつな にんじん　かぼちゃ　たまねぎ だいこん　葉ねぎ	米　ごま　三温糖
19(木)	《　地産地消週間　》 牛肉とごぼうの混ぜごはん　牛乳　春雨の酢の物　赤だし	牛肉　油揚げ　昆布　牛乳 鶏ささみ　豆腐　わかめ　みそ	ごぼう　にんじん　しめじ キャベツ　きゅうり　たまねぎ なめこ　にら	米　春雨　三温糖
20(金)	《　地産地消週間　》 わかめごはん　牛乳　寄せ鍋　れんこんとちくわのマヨネーズあえ　なし	牛乳　鶏肉　いか　えび うずら卵　焼き豆腐　ちくわ わかめごはんの素	にんじん　だいこん　しめじ はくさい　白ねぎ　れんこん キャベツ　なし	米　マロニー　三温糖　ごま マヨネーズ
24(火)	ごはん　牛乳　いかの煮つけ　ごまあえ　けんちん汁	牛乳　いか　豆腐　油揚げ	ほうれんそう　キャベツ　もやし にんじん　だいこん　たまねぎ しめじ　葉ねぎ	米　三温糖　でん粉　ごま こんにゃく　ごま油
25(水)	《　小北中学校　希望献立　》 とんこつラーメン　牛乳　しゅうまい　塩昆布あえ　冷凍黄桃	焼豚　うずら卵　牛乳 しゅうまい　塩昆布	キャベツ　もやし　にんじん きくらげ　葉ねぎ　はくさい ほうれんそう　黄桃	中華めん　ごま油
26(木)	ごはん　牛乳　若鶏肉とじゃがいものオーロラがらめ　ひじきあえ えのきのすまし汁	牛乳　鶏肉　レバー　みそ しらす干し　ひじき　豆腐 わかめ　かまぼこ	はくさい　にんじん　もやし ほうれんそう　えのきたけ たまねぎ　葉ねぎ	米　でん粉　じゃがいも サラダ油　三温糖
27(金)	スイートポテトパン　牛乳　ポークビーンズ　チーズ入りフレンチサラダ りんご	牛乳　大豆　豚肉　ハム　チーズ	たまねぎ　にんじん　トマト マッシュルーム　枝豆　にんにく キャベツ　きゅうり　りんご	スイートポテトパン　じゃがいも 黒砂糖　サラダ油　三温糖
30(月)	そぼろ丼　牛乳　おかかあえ　厚揚げのみそ汁	鶏肉　卵　牛乳　糸かつお 厚揚げ　わかめ　みそ	しょうが　にんじん さやいんげん　キャベツ こまつな　もやし　たまねぎ えのきたけ　葉ねぎ	米　麦　三温糖

天候・食材調達の都合上，材料を変更する可能性があります。