令和8年　11月　学校給食献立表

滑川町教育委員会

日付		献立					食品群			栄養量			
日	曜	スプーン	主食	牛乳	おかず	汁物	血や肉を作る	力や体温となる	身体の調子を整える	小エネルギー	小蛋白質	中エネルギー	中蛋白質
2	月	○	ごはん	○	《☆なめがわまちやさいのきゅうしょく》 とりごぼうピラフのぐ まるごとグラタン（トマトクリーム） ぶどうゼリー	なめがわまち やさい スープ	牛乳　鶏肉 ソーセージ	白飯　さつま芋 油　バター まるごとグラタン（トマトクリーム） ぶどうゼリー	玉葱　人参　コーン にんにく　ごぼう マッシュルーム水煮 枝豆　大根　キャベツ	689	20.1	834	24.3
4	水	○	ごはん	○	ちちぶかてめしのぐ さわらのさいのくにかぼすソース	しいたけの みそしる	牛乳　鶏肉　わかめ 油揚げ　味噌　豆腐 昆布　さわら竜田揚げ	白飯　油　蒟蒻 きび砂糖　砂糖	長葱　人参　干し椎茸 さやいんげん　ごぼう 大根　かぼすソース	627	26.8	804	33.0
5	木	○	ロールパン	○	コールスローサラダ （コールスロードレッシング） オムレツのミートソースかけ	クリーム シチュー	牛乳　鶏肉　豚肉 シュレットチーズ 脱脂粉乳　生クリーム オムレツ	ロールパン　油 じゃが芋　バター きび砂糖 ドレッシング	人参　玉葱 マッシュルーム水煮 ほうれん草　コーン キャベツ	652	27.2	846	33.5
6	金	○	ちゃめし	○	おでん キャベツのサラダ （かんきつドレッシング） ふかやねぎやき		牛乳　うずら卵水煮 竹輪　がんもどき 昆布　ミニウインナー 深谷ねぎ焼き	茶飯　じゃが芋 蒟蒻　きび砂糖 油　ごま油 ドレッシング	大根　人参　胡瓜 キャベツ　コーン	635	24.1	802	29.0
9	月	○	くろパン	○	こんさいのごまサラダ （かおりごまドレッシング） キッシュ	キャロット スープ	コーヒー牛乳　鶏肉 ベーコン　脱脂粉乳 シュレットチーズ　牛乳 生クリーム　キッシュ	黒パン　バター ドレッシング	玉葱　人参　胡瓜 うらごし人参　蓮根 パセリ　ごぼう コーン　枝豆	585	21.9	750	28.8
10	火	○	ごはん	○	にくじゃが とりにくのからあげ	とうふの みそしる	牛乳　豚肉　豆腐 油揚げ　味噌　わかめ 鶏モモ竜田揚げ	白飯　じゃが芋 油　蒟蒻　砂糖	人参　玉葱　長葱 さやいんげん	642	26.0	800	30.0
11	水	○	じごなうどん	○	小・しろみざかなフリッター 中・まぐろメンチカツ（ソース） りんご	ごもく うどん	牛乳　豚肉　蒲鉾 油揚げ　昆布 白身魚フリッター まぐろメンチカツ	地粉うどん　油 ごま油　きび砂糖	人参　玉葱　長葱 小松菜　干し椎茸 大根　りんご	612	22.6	804	30.8
12	木	○	ごはん	○	ぶたキムチいため さいのくになっとう	いもに	牛乳　豚肉　鶏肉 豆腐　味噌　納豆	白飯　里芋　油 ごま油　蒟蒻	人参　大根　もやし にんにく　キムチ漬け 玉葱　白菜　ごぼう 長葱　干し椎茸　にら	638	28.3	802	33.4
13	金	○	むぎごはん	○	ほうれんそうのおひたし （しょうゆ、かつおパック）	こえど カレー	牛乳　脱脂粉乳 豚レバーチップ シュレットチーズ 豚肉　かつお削り	麦ご飯　さつま芋 油	生姜　にんにく 玉葱　人参 ほうれん草　もやし	637	20.2	823	24.5
16	月	○	セサミバーンズ	○	タルタルフィッシュバーガー ［たらフライ バーガーようテー （タルタルソース）］ 中・はらじゅくドッグ（ココアバナナ）	やさいの スープに	牛乳　鶏肉 ウインナー たらポーションフライ	セサミバーンズ 油　じゃが芋 タルタルソース 原宿ドッグ（ココアバナナ）	玉葱　人参　大根 マッシュルーム水煮 コーン　白菜 キャベツ　パセリ	615	26.4	846	34.3
17	火	○	ごはん	○	ひがしまつやまやきとりごはん 小・かたぬきチーズポケモン 中・アーモンドこざかな	ワンタン スープ	牛乳　豚肉　鶏肉 味噌　型抜きチーズ アーモンド小魚	白飯　油　ごま油 きび砂糖　ごま ワンタン	白菜　人参　長葱 もやし　チンゲン菜 にんにく　キャベツ 生姜　りんごピューレ	621	25.8	809	33.2
18	水			○	ふれあい弁当の日								
19	木	○	ごはん	○	《☆おきなわのりょうり》 もずくどん	イナム ドゥチ	牛乳　豚肉　鶏肉 油揚げ　蒲鉾 味噌　もずく	白飯　油　蒟蒻 ごま油　砂糖 澱粉	生姜　人参　大根 干し椎茸　長葱　筍 玉葱　コーン　小松菜	631	27.1	815	34.0
20	金	○	わかめごはん	○	ナムル （かんこくナムルドレッシング） ポテトコロッケ	マカロニ スープ	牛乳　鶏肉	わかめご飯　油 マカロニ ポテトコロッケ ドレッシング	人参　玉葱　胡瓜 コーン　キャベツ チンゲン菜 小松菜　もやし	643	19.0	777	22.6
24	火	○	ごはん	○	ごもくまめ さばのおろしソース のりふりかけ	こんさいの ごまじる	牛乳　豚肉　豆腐 わかめ　凍り豆腐 味噌　昆布　大豆 竹輪　さば竜田揚げ のりふりかけ	白飯　じゃが芋 ごま　油　蒟蒻 きび砂糖	人参　大根　長葱 ごぼう　干し椎茸	687	27.7	883	34.2
25	水		じごなうどん	○	きりぼしだいこんのサラダ （ぐだくさんたまねぎドレッシング） しゃくしなまん とうにゅうプリンタルト	いなかじる うどん	牛乳　豚肉　昆布 油揚げ しゃくし菜まん	地粉うどん　油 きび砂糖 ドレッシング 豆乳プリンタルト	人参　大根　長葱 干し椎茸　小松菜 切干大根　キャベツ 胡瓜	689	22.9	800	27.3
26	木	○	ごはん	○	とうふのちゅうかに いかのチリソース みかん		牛乳　豚肉　豆腐 なると　味噌 いかスティック澱粉付き	白飯　油　砂糖 ごま油　澱粉 きび砂糖	玉葱　人参　生姜 小松菜　にんにく 長葱　みかん	672	27.8	830	32.5
27	金		ごはん	○	ぶたにくとこんぶのいりに ソイソースインハンバーグ のりふりかけ（宮前小のみ）	かわじま ごじる	牛乳　豚肉　鶏肉 大豆　昆布　油揚げ 味噌 チーズ風ソースインハンバーグ	白飯　じゃが芋　油 蒟蒻　砂糖 きび砂糖	人参　長葱　玉葱 大根　えのきたけ もやし　芋がら 白菜　小松菜	646	25.9	822	31.1
30	月	○	ごはん	○	だいずのはなそぼろごはんのぐ 小・まぐろメンチカツ 中・しろみざかなフリッター 中・カルシウムウエハース	だいこんの みそしる	牛乳　豚肉　鶏肉 豆腐　油揚げ　味噌 わかめ　大豆フレーク まぐろメンチカツ 白身魚フリッター	白飯　砂糖　油 カルシウムウエハース	長葱　大根　人参 えのきたけ　玉葱 生姜　枝豆　筍	650	25.9	815	30.8
18回							平均栄養量			643	24.7	815	30.4
※材料入荷の都合により献立を一部変更することがあります。							栄養基準量			650	18~32	830	25~40

肌寒い日が増え、紅葉がきれいな季節になりましたね。風邪をひかないよう、たくさん食べて、しっかり睡眠をとりましょう。

11月は「彩の国ふるさと学校給食月間」です

「彩の国ふるさと学校給食月間」は、地元県産食材や郷土食への理解を通して、ふるさとへの愛着を深めようという取り組みです。
11月は、埼玉県産の野菜を使った給食や、埼玉県にちなんだ料理を取り入れた献立となっています。

2日（月）　滑川町野菜の献立

滑川町の農家さんが大事に育てた野菜を使用します。生産者のみなさんに感謝の気持ちを持って、たくさん食べましょう。

- 滑川町野菜スープ
  だいこん　　さつま芋

