



令和7年度 11月分 学校給食献立表



大口町立学校給食センター

日曜	献立名	おもにお体をつくるものになる(赤)		おもに体の調子を整えるものになる(緑)		おもにエネルギーのもとになる(黄)		エネルギー kcal 上段：小 下段：中	食塩相当量 g 上段：小 下段：中
		1群(たんぱく質) 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群(無機質) 牛乳・乳製品・ 小魚・海藻	3群(ビタミン) 緑黄色野菜	4群(ビタミン) その他の野菜・果物	5群(炭水化物) 穀類・いも類 その他の豆類・砂糖	6群(脂質) 油脂・種実		
4 火	ごはん 牛乳 さばのハ丁目煮 大根と里芋の煮物 ふだま汁	さば みそ 油揚げ とり肉 とうふ かつお節	牛乳	にんじん ごまつな	だいこん はくさい えのきだけ	ごはん さとう さとう さといも 玉ふ		631 772	1.8 2.3
5 水	中華めん 牛乳 ★みそラーメンスープ おいしい本の世界へ しゅうまい(小2こ 中3こ) 図書給食 大根の中華あえ ★印が該当します。 ヨーグルト 詳細は裏面の給食だよ	ぶた肉 みそ ぶた肉 ツナ ヨーグルト	牛乳	にんじん チンゲンサイ にんじん	キャベツ ねぎ もやし とうもろこし にんにく しょうが たまねぎ しょうが だいこん	中華めん パン粉 でんぷん さとう 小麦粉 さとう ごま油		662 848	3.1 3.7
6 木	ごはん 牛乳 ★ハンバーグのかぶおろしあんかけ ひじきの炒め煮 かきたま汁	とり肉 ぶた肉 大豆 たまご かまぼこ とうふ かつお節	牛乳	トマト にんじん さやいんげん にんじん	たまねぎ しょうが にんにく りんご かぶ オレンジジュース たけのこ たまねぎ えのきだけ ねぎ	ごはん さとう さとう でんぷん	油 油	638 807	2.4 2.9
7 金	麦ごはん 牛乳 ★カレー 米粉のれんこんチップス キャベツとブロッコリーのサラダ	ぶた肉 ツナ	牛乳	にんじん ブロッコリー	たまねぎ にんにく れんこん キャベツ とうもろこし	麦ごはん じゃがいも 米粉 さとう 油	カレー粉 油 油	669 820	1.9 2.1
10 月	ごはん 牛乳 ★さつまいもクロック しのだあえ 白菜と豚肉のみぞれ汁 しそふりかけ	油揚げ ぶた肉 かまぼこ かつお節 しそ	牛乳	ごまつな にんじん にんじん	もやし だいこん はくさい えのきだけ ねぎ	ごはん さつまいも パン粉 さとう 小麦粉 さとう	油	613 748	2.4 2.5
11 火	ごはん 牛乳 ★さんまの生姜煮 ★にんじんのきんぴら なめこ汁 梨ゼリー	さんま とり肉 とうふ かつお節 みそ	牛乳	にんじん ビーマン	しょうが ごぼう たまねぎ なめこ う・フランス	ごはん さとう でんぷん さとう ごま油		637 767	2.6 2.9
12 水	★レーズンロールパン 牛乳 とり肉のレモン焼き グリーンサラダ 豆乳コーンポタージュ	とり肉 豆乳	牛乳	ごまつな にんにく レモン キャベツ きゅうり とうもろこし たまねぎ	レーズンロールパン ドレッシング ホワイトルウ 油			618 768	3.0 3.9
13 木	ごはん 牛乳 彩りそぼろごはんの具 れんこんとキャベツのごま酢あえ のっぺい汁 さつまいも大福	とり肉 たまご 油揚げ かつお節	牛乳	にんじん にんじん	しょうが えだまめ れんこん キャベツ とうもろこし だいこん ねぎ こんにゃく	ごはん さとう さとう さといも でんぷん さつまいも もち粉 さとう 油	油 ごま 油	662 797	1.7 2.1
14 金	ごはん 牛乳 大豆と豚肉のかみかみ揚げ 小松菜と白菜のおかかあえ 白みそ汁	大豆 ぶた肉 かつお節 とうふ みそ かつお節	牛乳	にんじん ごまつな わかめ 煮干し	はくさい たまねぎ ごぼう ねぎ	ごはん でんぷん さとう さとう 油		632 770	2.1 2.4
17 月	金芽ロウカット玄米ごはん 牛乳 韓国風ヒリ辛焼き肉 大豆もやしのナムル 根菜キムチスープ	ぶた肉 とうふ みそ	牛乳	にんじん チンゲンサイ にんじん にら	しょうが にんにく ねぎ だいずもやし だいこん れんこん はくさい ごぼう はくさいキムチ こんにゃく	金芽ロウカット玄米ごはん さとう さとう ごま油 油 ごま		590 726	2.6 2.9
18 火	ごはん 牛乳 とり肉の照り焼き もやしとキャベツのゆかりあえ おでん	とり肉 生揚げ さつまいも揚げ うすら卵	牛乳	にんじん しそ にんじん	にんにく キャベツ きゅうり だいこん こんにゃく	ごはん さとう でんぷん さといも さとう 油		647 791	3.3 3.8
19 水	きしめん 牛乳 きしめんの汁 愛知県産キャベツ入りメンチカツのハ丁目そがけ 秋のふきよせ煮	とり肉 かまぼこ 油揚げ かつお節 ぶた肉 牛肉 みそ	牛乳	にんじん ごまつな にんじん	干ししいたけ キャベツ たまねぎ れんこん ごぼう えだまめ	きしめん でんぷん パン粉 さとう 小麦粉 さつまいも さとう 油		650 829	3.1 3.8
20 木	ごはん 牛乳 いわしの梅煮 ブロッコリーのねりごまあえ 豚汁 かき	いわし ぶた肉 とうふ みそ	牛乳	しそ ブロッコリー にんじん	うめ キャベツ とうもろこし だいこん ごぼう ねぎ かき	ごはん さとう でんぷん さとう さといも ごま		631 778	2.6 3.0
25 火	ごはん 牛乳 ししゃもフライ(小2こ 中2こ) キャベツとたくあんの香りあえ 肉じゃが	ししゃも ぶた肉	牛乳	しそ にんじん いんげん	キャベツ きゅうり たくあん たまねぎ こんにゃく	ごはん パン粉 小麦粉 でんぷん さとう じゃがいも さとう 油	油 ごま 油	659 794	1.9 2.4
26 水	小型ロールパン 牛乳 肉団子(小2こ 中3こ) 焼きそば フルーツゼリー	とり肉 ぶた肉 ちくわ	牛乳	にんじん みかん もも	たまねぎ キャベツ たまねぎ みかん もも	小型ロールパン パン粉 さとう でんぷん 中華めん オレンジゼリー	油 油	658 822	2.7 3.6
27 木	あいちの大根葉ごはん 牛乳 ぶりのゆず風味あんかけ さつまいものごまあえ 授業×給食の時間 呉汁 (小2 生活科)	ぶり とうふ 豆乳 油揚げ 大豆 みそ かつお節	牛乳	大根葉 ほうれんそう にんじん	ゆず だいこん ごぼう	ごはん さとう でんぷん さつまいも さとう ごま		687 845	3.0 3.6
28 金	ごはん 牛乳 ユーリンチー 根菜のオイスターいため にら玉スープ	とり肉 焼きぶた たまご とうふ	牛乳	にんじん チンゲンサイ にら	ねぎ しょうが にんにく れんこん ごぼう とうもろこし たまねぎ	ごはん 米粉 でんぷん さとう ごま油 でんぷん	油 ごま油	690 838	2.3 2.7

※献立の内容は変わることがあります。

※大口町では、令和7年度から給食費無償化となりました。

※本献立表は、全ての食材を記載しているものではありません。

※太字の食材は、大口町でとれたものです。