



早寝・早起・朝ごはん

多治見市教育委員会事務局食育推進課 Tel.29-1662

食育センター 29-1663 昭和調理場 22-6111 養正調理場 28-1590 北栄調理場 27-8400

滝呂小学校 22-0657 池田小学校 22-0883 笠原小学校 43-3541 笠原中学校 43-4165



給食を通して地産地消の良さを知ろう!

地産地消とは、地域で生産された農林水産物を、その地域で消費する取り組みです。
11月の給食では「ぎふの味わい週間」として岐阜県産の食材を使った献立を多くとり入れています。

地産地消の良さとは?



新鮮な旬の味覚を
味わうことができる



作っている人の顔が
わかり、安心感が
得られる



地域経済の活性化
につながる



農業が活性化することで
景観の維持や洪水の
防止につながる



運ぶ距離が短くなり
環境に優しい

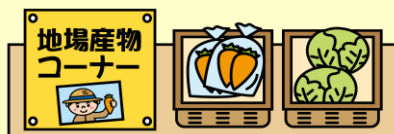


SDGs(持続可能な
開発目標)の達成に
貢献できる



食品を選ぶ際は、産地や生産者を意識してみませんか?

直売所や道の駅、スーパーマーケットの地場産物
コーナーなどを活用しましょう。地場産物のほか、自
分が応援したい地域や被災地の産品を選ぶことは、
その産地の生産者を応援することにつながります。



◆今月の岐阜県産の食材(予定)◆



◆今月の魚◆

<切り身の魚>
1日(金)にしん
7日(木)さけ
19日(火)さわら
29日(金)さば

<丸ごと食べる魚>
14日(木)にしん
18日(月)一食小魚(中)

学校給食は「学校給食地産地消推進事業」により一部助成を受けています。岐阜県・市町村・JA中央会が、学校で使用する県内産の米・パン・食糧用の小麦粉・大豆・野菜などを対象に購入経費の一部を助成する事業です。



たじっこご飯の紹介をします!



多治見市の給食では、市内産のお米を使ったたじっこご飯をとり入れています。お米は小泉地区
根本地区、南姫地区で作られた「にじのきらめき」と「にこまる」という暑さに強い品種です。

4月に種をまいて苗を育て、6月に田植え、10月に稲刈りをしました。夏の暑い中に水の調整や草刈り
などの作業をしておいしいお米を作ってくださいありがとうございます。感謝しながらいただきます。



給食メニューを作ってみよう!

れんこんののい塩あげ



【材料】 5人分

- ☆れんこん 200g
- ☆上新粉(米粉) 大さじ2
- ☆青のり粉 小さじ1/2
- ☆塩 少々
- ☆揚げ油 適量

《下準備》

れんこんの皮をむき、5mmくらいの厚みのいちよう切りにする。
酢少々を入れた水にしばらくさらした後、水気を切っておく。

《作り方》

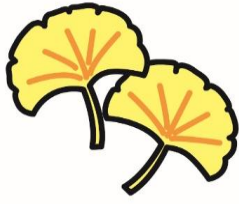
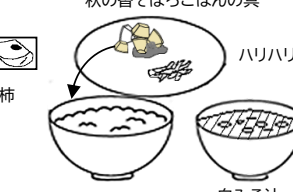
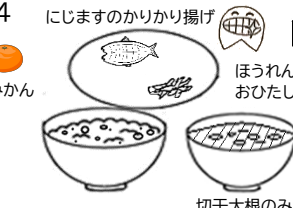
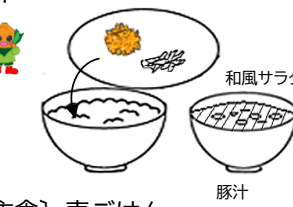
- ①水気を切ったれんこんに上新粉をまぶす。揚げ油を170℃に熱し、
表面がカリッとなるまで揚げる。
- ②揚げたら、網やキッチンペーパーにとり油を切る。
青のり粉に塩少々を加えたものをまぶしたら出来上がり。

れんこんを薄く切るとカリッとした食感に、厚めに切るとほっくりとした食感が楽しめます。
れんこんの代わりに、ごぼうや芋類を使ってもおいしくできます。

令和6年11月

中学校 盛り付け図

昭和調理場 北栄北陵調理場 笠原中学校

月	火	水	木	金
				1  にしんのねぎだれかけ   五目豆 かぼちゃのみそ汁 〔主食〕 麦ごはん
4 振替休日	5 フルーツミックス   れんこんの のり塩揚げ チキンのクリーム煮(除去食) 〔主食〕 コッパパン	6 さつまいもの天ぷら   酢の物 豚肉と大根の煮物 〔主食〕 麦ごはん(納豆)	7 秋の香そぼろごはんの具   柿 ハリハリ漬 白みそ汁 〔主食〕 麦ごはん	8 青菜炒め   型抜き チーズ ルーローハンの具 にらのスープ 〔主食〕 発芽玄米ごはん
11  厚揚げのそぼろあんかけ   ヨーグルト うま煮 すまし汁 〔主食〕 麦ごはん	12 ブロッコリーのサラダ   岐阜人参の マヨネーズ焼き ミネストローネ 〔主食〕 食パン(ごまクリーム)	13 いかの生姜だれかけ   ぶどう ゼリー 青菜ごはんの具 親子煮(除去食) 〔主食〕 麦ごはん	14 にじまずのかりかり揚げ   みかん ほうれん草の おひたし 切干大根のみそ汁 〔主食〕 さつまいもごはん	15 水菜のサラダ   きなこタフィ ハヤシチュー(除去食) 〔主食〕 発芽玄米ごはん
18  人参サラダ   一食 小魚 春巻き 中華煮 〔主食〕 麦ごはん	19 ★ 鯖の幽庵焼き   煮浸し わかめ汁 〔主食〕 きのことごはん	20  れんこんサラダ   ウィンナーの 鉄板焼き カレーソース(除去食) 〔主食〕 ソフト麺	21 ▲かき揚げ丼(ノンエッグ)(たれ別付け)   和風サラダ 豚汁 〔主食〕 麦ごはん	22 レタスとさつまいものサラダ   鶏肉の レモンソースかけ オニオンスープ 〔主食〕 黒食パン
25 厚揚げのなめこおろしかけ (たれ別付け)   ひじきの炒め煮 五目汁 〔主食〕 麦ごはん	26 ごぼうのサラダ   鶏肉の トマトソースかけ 白菜スープ 〔主食〕 カレーピラフ	27 中華サラダ   いかの びり辛揚げ 焼きそば 〔主食〕 小型コッパパン	28 豚肉の甘みそ焼き   岐阜 ももゼリー 多治見ブロッコリー のおかか和え 沢煮椀 〔主食〕 麦ごはん	29 鯖の黒酢かけ   きんぴらごぼう みそ汁 〔主食〕 たじっごはん

令和6年11月予定献立表

昭和調理場 北栄北陵調理場 滝呂小学校 池田小学校 笠原中学校

日 曜日	献立名			6つの食品群材料名(※6つの食品群をそろえてバランスの良い食事をしましょう)					
	しゅしゅく	しゅさい	ふくさい・くだもの・デザート	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの			
				肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	淡色野菜・くだもの	穀類・いも・さとう	油脂類
	むぎごはん	にしんのねぎだれかけ	ごもくまめ かぼちゃのみそしる	※にしん 大豆 ※油揚げ ※赤みそ ※白みそ	※牛乳 ※煮干し	※冷凍さやいんげん にんじん かぼちゃ	しょうが 根深ねぎ ごぼう だいこん	米 麦 ※でん粉 ※上新粉 ※上白糖 ※板こんにやく	※なたね油
	コッペパン	チキンのクリームに	れんこんののりしおあげ フルーツミックス	鶏肉	※牛乳 ※チーズ ※青のり粉	にんじん	カリフラワー たまねぎ れんこん ※バインシロップ漬け ※みかんシロップ漬け	※コッペパン じゃがいも ※小麦粉 ※上新粉 ※冷凍角切り果物ゼリー (あまおう)	※有塩バター ※なたね油
	むぎごはん (なっとう)	ぶたにくとだいこんのもの	さつまいものてんぶら すのもの	豚肉 ※冷凍厚揚げ ※小玉はんぺん ※フレーク節 ※納豆	※牛乳 ※角切り昆布	にんじん ※冷凍さやいんげん	しょうが だいこん キャベツ ※冷凍コーン きゅうり	米 麦 ※つきこんにやく ※上白糖 さつまいも ※小麦粉	※なたね油
	あきのかそぼろごはん (むぎごはん・あきのかそぼろごはんのぐ)		ハリハリづけ しろみそしる かき	※さけ ※粒状大豆 ※油揚げ ※白みそ	※牛乳 ※煮干し	にんじん みずな	しょうが まいたけ ※冷凍えだまめ 県産切干大根 ※たくあん もやし はくさい 根深ねぎ ※柿	※麦ごはん ※上白糖 じゃがいも	※なたね油
	ルーローハン (はつがげんまいごはん・ルーローハンのぐ)		あおないため にらのスープ かたぬきチーズ(小中)	豚肉 ※糸かまぼこ	※牛乳 ※型抜きチーズ(小中)	こまつな にんじん にら	にんにく しょうが たまねぎ はくさい 干し椎茸 キャベツ だいこん ※冷凍コーン	米 芽芽玄米 ※中双糖 ※上白糖 ※でん粉	※なたね油 ※ごま油
	むぎごはん	あつあげのそぼろあんかけ	うまに すましじる ヨーグルト	※県産厚揚げ 鶏肉 ※いちよう型かまぼこ ※フレーク節	※牛乳 ※ヨーグルト	にんじん ※冷凍さやいんげん こまつな	しょうが 根深ねぎ れんこん ごぼう はくさい まいたけ	※麦ごはん ※上白糖 ※でん粉	※なたね油
	しょくパン (ごまクリーム)	ぎふにんじんの マヨネーズやき	ブロッコリーのサラダ ミネストローネ	※オイルツナ 鶏肉 ※ひよこ豆	※牛乳	にんじん ※県産にんじんピューレ ブロッコリー トマト パセリ	にんにく ※スライスマッシュルーム たまねぎ きゅうり ※冷凍コーン キャベツ セロリー	※食パン ※エルボマカロニ じゃがいも ※上白糖 ※ごまクリーム	※なたね油 ※マヨネーズ(卵不使用) ※柑橘ドレッシング ※オリーブ油
	あおなごはん (むぎごはん・ あおなごはんのぐ)	いかのしょうがだれかけ	おやこに ぶどうゼリー(中)	※いか 鶏肉 ※冷凍液卵 ※高野豆腐 ※フレーク節 ※かつお削り節	※牛乳 ※くきわかめ ※しらす干し	にんじん こまつな	しょうが たまねぎ 干し椎茸	※麦ごはん ※上白糖 ※でん粉 じゃがいも ※ぶどうゼリー(中)	※なたね油 ※白ごま ※白すりごま ※ごま油
	さつまいもごはん	にじますのかりかりあげ	ほうれんそうのおひたし きりぼしだいこんのみそしる みかん	※にじます ※油揚げ ※赤みそ	※牛乳 ※煮干し	ほうれんそう にんじん	しょうが はくさい もやし 県産切干大根 たまねぎ 根深ねぎ ※みかん	米 麦 さつまいも ※でん粉 ※上新粉 ※上白糖	※なたね油
	ハヤシライス (はつがげんまいごはん・ハヤシシチュー)		みずなのサラダ きなこタフィ	豚肉 ※大豆水煮(幼) 大豆(小中) ※きな粉	※牛乳 ※チーズ	にんじん ※トマトピューレー みずな	たまねぎ しょうが にんにく だいこん	米 芽芽玄米 じゃがいも ※小麦粉 ※上白糖	※なたね油 ※有塩バター ※青じそドレ
	むぎごはん	はるまき	ちゅうかに にんじんサラダ いっしょくござかな(中)	※はるまき ※なると 豚肉	※牛乳 ※一食小魚(中)	チンゲンサイ にんじん パセリ	しょうが にんにく たまねぎ もやし はくさい ※たけのこ水煮 千切りくらげ	※麦ごはん ※上白糖 ※でん粉	※なたね油 ※ごま油 ※棒々鶏ドレ
★ 	きのこごはん	さわらのゆうあんやき	にびたし わかめじる	※油揚げ ※さわら 鶏肉	※牛乳 ※わかめ ※だしこんぶ	こまつな みつば	※冷凍えだまめ まいたけ しめじ ゆず キャベツ だいこん たまねぎ はくさい	米 麦 ※上白糖 ※でん粉	※なたね油
	ソフトめんカレーソース (ソフトめん・カレーソース)	ウインナーのてっぱんやき	れんこんサラダ	豚肉 ※ウインナー	※牛乳 ※チーズ	にんじん みずな	たまねぎ ※マッシュルーム水煮 にんにく しょうが れんこん	※ソフトめん じゃがいも ※小麦粉	※なたね油 ※有塩バター ※玉ねぎドレ
	かきあげどん(ノンエッグ) (むぎごはん・▲かきあげどん(ノンエッグ))		わふうサラダ ぶたじる	※半月スライスちくわ ※大豆水煮 ※フレーク節 豚肉 ※冷凍角切り豆腐 ※赤みそ	※牛乳 ※煮干し	にんじん かぼちゃ ほうれんそう	たまねぎ レタス だいこん ごぼう 根深ねぎ	※麦ごはん ※小麦粉 ※上白糖 ※でん粉 ※春雨 里芋	※なたね油 ※和風ドレ
	くろしよくパン	とりにくのレモンソースかけ	レタスとさつまいものサラダ オニオンスープ	※鶏肉 ※ベーコン ※ひよこ豆	※牛乳	にんじん パセリ	にんにく レモン レタス たまねぎ エリンギ	※黒食パン ※でん粉 ※上新粉 ※上白糖 さつまいも	※なたね油 ※ノンエッグマヨネーズ
	むぎごはん	あつあげのなめこおろしかけ	ひじきのいために ごもくじる	※冷凍厚揚げ ※オイルツナ 鶏肉 ※フレーク節	※牛乳 ※ひじき	※冷凍さやいんげん にんじん	だいこん なめこ しょうが ※冷凍コーン キャベツ ※たけのこ水煮 根深ねぎ	※麦ごはん ※上白糖 ※でん粉	※なたね油
	カレーピラフ	とりにくのトマトソースかけ	ごぼうのサラダ はくさいスープ	鶏肉 豚肉	※牛乳	※カットトマト ※トマトピューレー かぶの葉	※ドライミックスカレー にんにく ごぼう レタス きゅうり はくさい 白かぶ	米 麦 ※上白糖 ※でん粉	※なたね油 ※イタリアンドレ
	やきそば こがたコッペパン	いかのびりからあげ	ちゅうかサラダ	豚肉 ※半月スライスちくわ ※いか短冊	※牛乳 ※青のり粉	にんじん ビーマン チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ ※紅しょうが しょうが もやし	※小型コッペパン ※中華めん ※上新粉 ※でん粉	※なたね油 ※ごま油 ※中華ドレ
	むぎごはん	ぶたにくのあまみそやき	たじみブロッコリーのおかかあえ さわにわん ぎふももゼリー(中)	豚肉 ※赤みそ ※かつお削り節 ※糸かまぼこ	※牛乳 ※糸こんぶ ※だしこんぶ	ブロッコリー にんじん	しょうが はくさい ごぼう だいこん 干し椎茸 根深ねぎ	米 麦 ※上白糖 ※でん粉 ※ぎふももゼリー(中)	※なたね油
	たじっこごはん	さばのくろずかけ	きんぴらごぼう みそしる	※さば ※赤みそ ※白みそ	※牛乳 ※煮干し	にんじん ビーマン	しょうが ごぼう キャベツ えのきたけ 根深ねぎ	米 ※上白糖 ※でん粉 ※白ごま	※なたね油 ※白すりごま

この献立表には調味料等記載されていないものがあります。アレルギーの確認は、「献立および材料表」と「原材料明細」を使用してください。

幼稚園、小・中学校のお休みは園、学校の行事予定をご確認ください。

「2024年11月分 学校給食 献立及び材料表」										(中学校)		昭和調理場 北栄北陵調理場 笠原中学校		(単位:グラム)	
日	11月1日 金	11月5日 火	11月6日 水	11月7日 木	11月8日 金	11月11日 月	11月12日 火	11月13日 水	11月14日 木	11月15日 金					
献立及び材料 (中学校)	むぎごはん	コッパパン	むぎごはん	むぎごはん	はつがげんまいごはん	むぎごはん	しょくパン	むぎごはん	さつまいもごはん	はつがげんまいごはん					
	米 95.65	※コッパパン 85	米 95.65	※麦ごはん 110	米 95.65	※麦ごはん 110	※食パン 85	※麦ごはん 110	米 85.05	米 95.65					
	麦 14.15	牛乳	麦 14.15	牛乳	発芽玄米 14.15	牛乳	牛乳	牛乳	麦 12.55	発芽玄米 14.15					
	牛乳	※牛乳 206	牛乳	※牛乳 206	水 128.1	※牛乳 206	※牛乳 206	※牛乳 206	さつまいも 31.72	水 128.1					
	※牛乳 206	チキンのクリームに	※牛乳 206	あきのかそぼろごはんのぐ	牛乳	あつあげのそぼろあんかけ	きふにんじんのマヨネーズやき	いかのしょうがだれかけ	※酒 1.22	牛乳					
	にしんのねぎだれかけ	鶏肉 28.8	ぶたにくとだいこんのもの	※さけ 35	※牛乳 206	※県産厚揚げ 65	※オイルツナ 21.6	※いか 50	※食塩 0.36	※牛乳 206					
	※にしん 52	カリフラワー 18	豚肉 30	しょうが 0.39	ルーローハンのぐ	※なたね油 1.3	※白ワイン 1.2	しょうが 0.65	くちなしの実 0.06	ハヤシシチュー					
	※酒 2.6	じゃがいも 24	しょうが 0.6	※酒 2.6	豚肉 65	鶏肉 13	にんにく 0.36	※しょうゆ 0.65	牛乳	豚肉 26.4					
	※しょうゆ 0.65	たまねぎ 48	※つきこんにやく 12	※食塩 0.13	にんにく 0.39	しょうが 0.39	※なたね油 0.36	※酒 2.6	※牛乳 206	塩コショウ 0.24					
	しょうが 0.65	にんじん 18	※冷凍厚揚げ 18	※しょうゆ 0.65	しょうが 0.65	根深ねぎ 2.6	にんじん 24	※なたね油 1.3	にじまずのかりかりあげ	じゃがいも 36					
	※でん粉 2.6	※チーズ 2.4	※小玉はんぺん 24	※なたね油 1.2	※なたね油 0.39	※酒 0.65	※スライスマッシュルーム 12	※しょうゆ 1.95	※にじまず 60	たまねぎ 60					
	※上新粉 2.6	※牛乳 36	だいこん 48	※粒状大豆 6.5	たまねぎ 19.5	※しょうゆ 1.95	たまねぎ 21.6	※みりん 1.3	しょうが 1.2	にんじん 24					
	※なたね油 5.2	※有塩バター 4.8	※角切り昆布 0.36	まいたけ 13	※しょうゆ 2.6	※みりん 1.95	※エルボマカロニ 3.6	しょうが 0.39	※しょうゆ 1	しょうが 1.2					
	根深ねぎ 3.9	※小麦粉 4.8	にんじん 18	にんじん 13	※酒 1.95	※上白糖 0.65	※県産にんじんビュール 21.6	※上白糖 0.65	※酒 2.4	にんにく 0.6					
	※しょうゆ 2.6	※洋風スープの素 1.2	※冷凍さやいんげん 3.6	※冷凍えだまめ 9.1	※中双糖 1.56	※でん粉 0.26	※洋風スープの素 0.12	※でん粉 0.26	※食塩 0.12	※なたね油 0.6					
	※酢 1.2	塩コショウ 0.24	※しょうゆ 4.8	※なたね油 1.3	※上白糖 0.13	水 13	塩コショウ 0.12	水 6.5	※でん粉 2.4	※小麦粉 5.4					
	※上白糖 1.3	※ロリエ 0.02	※みりん 1.2	※しょうゆ 3.25	※八角 0.02	うまに	※マヨネーズ(御不使用) 8.4	おやこに	※上新粉 2.4	※有塩バター 5.4					
	※でん粉 0.26	※なたね油 0.6	※フレーク節 1.2	※酒 1.3	※酢 0.39	れんこん 18	アルミカップ 1	鶏肉 18	※なたね油 6	※ウスターソース 4.8					
	水 3.9	水 36	※酒 1.2	※みりん 1.3	水 13	ごぼう 24	ブロックリーのサラダ	※冷凍液卵 24	ほうれんそうのおひたし	※しょうゆ 3.6					
	ごもくまめ	れんこんののりしおあげ	※上白糖 0.36	※上白糖 1.2	あおないため	にんじん 8.4	ブロックリー 21.6	※高野豆腐 2.4	はくさい 18	※チーズ 3.6					
	大豆 9.6	れんこん 36	水 36	水 6.5	こまつな 30	※冷凍さやいんげん 3.6	きゅうり 14.4	じゃがいも 54	ほうれんそう 30	※牛乳 12					
	ごぼう 12	※上新粉 4.8	さつまいもてんぷら	ハリハリつけ	にんにく 0.36	しょうが 0.36	※冷凍コーン 12	にんじん 18	もやし 12	※クローブ 0.02					
	※冷凍さやいんげん 3.6	※なたね油 3.6	さつまいも 40	県産切干大根 4.8	はくさい 24	※なたね油 0.6	※柑橘ドレ 4.8	たまねぎ 48	※しょうゆ 1.8	※オールスパイス 0.02					
	にんじん 8.4	※食塩 0.12	※小麦粉 7.2	※たくあん 8.4	にんじん 6	※しょうゆ 1.8	ミネストローネ	※くきわかめ 0.36	※みりん 0.6	※トマトピューレー 12					
	※板こんにやく 3.6	※青のり粉 0.24	※ベーキングパウダー 0.12	みずな 18	干し椎茸 0.24	※上白糖 0.96	鶏肉 24	※淡口しょうゆ 0.6	※上白糖 0.6	※ケチャップ 12					
	※液体かつおだし 0.24	フルーツミックス	※なたね油 4	※しょうゆ 0.6	※鶏ガラスープ 0.48	※液体かつおだし 0.36	キャベツ 24	※白しょうゆ 5.4	ざりぼしだいこんのみそしる	※赤ワイン 0.6					
	※しょうゆ 1.8	※バインシロップ漬け 24	※食塩 0.05	※上白糖 1.2	塩コショウ 0.12	※みりん 0.96	トマト 24	※上白糖 2.4	県産切干大根 2.4	※洋風スープの素 1.2					
	※上白糖 0.84	※みかんシロップ漬け 24	水 2.4	※酢 2.4	※しょうゆ 1.2	水 36	※ひよこ豆 12	※みりん 1.2	※油揚げ 4.5	※上白糖 0.6					
	※みりん 1.2	12	すのもの	しろみそしる	※ごま油 0.6	すましじる	じゃがいも 24	※フレーク節 1.2	たまねぎ 24	※ロリエ 0.02					
	水 12	アルミカップ 1	キャベツ 30	もやし 12	にんにく 0.36	はくさい 30	セロリー 2.4	水 24	にんじん 9.6	※タイム 0.01					
	かぼちゃのみそしる		※冷凍コーン 12	はくさい 30	※なたね油 0.36	まいたけ 12	にんにく 0.24	あおなごはんのぐ	根深ねぎ 12	水 84					
	だいこん 30		きゅうり 12	じゃがいも 12	にらのスープ	※いちよう型かまぼこ 18	パセリ 0.36	※しらす干し 1.8	※赤みそ 9.6	みずなのサラダ					
	かぼちゃ 36		※酢 1.2	※油揚げ 3.6	※糸かまぼこ 20	こまつな 12	※コンソメ 1.2	干し椎茸 0.84	※煮干し 2.4	だいこん 30					
	※油揚げ 3.6		※しょうゆ 1.8	根深ねぎ 12	にら 9.6	※しょうゆ 1.8	※しょうゆ 0.6	※かつお削り節 0.84	水 132	みずな 30					
	※赤みそ 4.8		※上白糖 0.96	※白みそ 9.6	キャベツ 24	※淡口しょうゆ 1.8	塩コショウ 0.12	こまつな 30	みかん	※青じそドレ 6					
	※白みそ 4.8		なっとう	※煮干し 2.4	だいこん 18	※フレーク節 2.4	※上白糖 0.12	※白ごま 0.6	※みかん 80	きなこタフィ					
	※煮干し 2.4		※納豆 30	水 132	※冷凍コーン 12	※食塩 0.12	※オリーブ油 0.36	※白すりごま 0.6		大豆 14.4					
	水 132		かき	※柿 40	※しょうゆ 1.8	水 132	水 96	※しょうゆ 2.04		※なたね油 1.2					
					※中華スープの素 1.2	ヨーグルト	ごまクリーム	※上白糖 0.36		※上白糖 3.6					
					塩コショウ 0.12	※ヨーグルト 65	※ごまクリーム 15	※みりん 1.2		※きな粉 1.44					
					水 132			※酒 0.36		※食塩 0.06					
					かためきチーズ(小中)			※ごま油 0.36		水 1.8					
					※型抜きチーズ 10			※なたね油 0.12							
								ぶどうゼリー(中)							
								※ぶどうゼリー 60							
	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分			
中学校	814	2.3	778	2.4	836	2.1	745	2.7	740	2.5					

日	11月18日 月	11月19日 火	11月20日 水	11月21日 木	11月22日 金	11月25日 月	11月26日 火	11月27日 水	11月28日 木	11月29日 金
献立及び材料 (中学校)	むぎごはん	きのこごはん	ソフトめん	むぎごはん	くろしょくパン	むぎごはん	カレーピラフ	こがたコッパパン	むぎごはん	たじっこごはん
	※麦ごはん 110	米 85.11	※ソフトめん 125	※麦ごはん 110	※黒食パン 85	※麦ごはん 110	米 86.86	※小型コッパパン 55	米 95.65	米 109.8
	牛乳	麦 12.49	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	麦 12.74	牛乳	麦 14.15	水 128.1
	※牛乳 206	※酒 1.2	※牛乳 206	※牛乳 206	※牛乳 206	※牛乳 206	水 144	※牛乳 206	牛乳	牛乳
	はるまき	※食塩 0.42	カレーソース	▲かきあげどん(ノンエッグ)	とりにくのレモンソースかけ	あつあげのなめこおろしかけ	※ドライミックスカレー 6	やきそば	※牛乳 206	※牛乳 206
	※はるまき 40	※冷凍えだまめ 6	にんじん 24	※半月スライスちくわ 12	※鶏肉 65	※冷凍厚揚げ 65	※酒 1.2	※中華めん 86.4	ぶたにくのあまみそやき	さばのくろずかけ
	※なたね油 4	※油揚げ 4.2	たまねぎ 60	にんじん 6	にんにく 0.36	※なたね油 1.3	※洋風スープの素 0.12	塩コショウ 0.12	豚肉 65	※さば 70
	ちゅうかに	まいたけ 9.6	じゃがいも 24	かぼちゃ 24	塩コショウ 0.24	たれべつづけ	水 144	※なたね油 0.24	しょうが 1.3	※酒 2.4
	※なると 18	しめじ 7.2	豚肉 9.6	たまねぎ 36	※白ワイン 2.4	だいこん 13	牛乳	たまねぎ 48	※酒 2.6	※しょうゆ 1.2
	豚肉 30	※しょうゆ 4.2	※マッシュルーム水煮 12	※大豆水煮 8.4	※でん粉 8	なめこ 6.5	※牛乳 206	キャベツ 48	※しょうゆ 0.65	しょうが 1.2
	しょうが 1.2	※みりん 1.2	※なたね油 0.6	※食塩 0.24	※上新粉 1.5	しょうが 0.26	とりにくのトマトソースかけ	にんじん 12	※なたね油 1.3	※なたね油 0.6
	にんにく 0.6	※上白糖 0.6	にんにく 0.6	※小麦粉 18	※なたね油 6.5	※しょうゆ 1.95	鶏肉 70	豚肉 30	※赤みそ 2.6	※しょうゆ 2.4
	※なたね油 0.6	※なたね油 1.2	しょうが 1.2	※ベーキングパウダー 0.24	レモン 2.4	※液体かつおだし 0.65	※酒 2.6	ピーマン 3.6	※しょうゆ 0.65	※みりん 1.2
	たまねぎ 36	水 100.8	※カレー粉 0.6	※なたね油 4.8	塩コショウ 0.06	※みりん 1.3	にんにく 0.39	※半月スライスちくわ 9.6	※酒 1.3	※上白糖 1.8
	もやし 24	牛乳	※しょうゆ 3.6	たれべつづけ	※しょうゆ 0.6	※上白糖 0.65	塩コショウ 0.13	※紅しょうが 2.4	※みりん 1.3	※黒酢 2.4
	はくさい 36	※牛乳 206	※ウスターソース 4.8	※しょうゆ 2.4	※でん粉 1.2	※でん粉 0.39	※バジル 0.03	※青のり粉 0.24	※上白糖 1.04	※でん粉 0.24
	※たけのこ水煮 12	さわらのゆであんやき	※ケチャップ 9.6	※みりん 1.2	※でん粉 0.36	水 13	※なたね油 1.3	※洋風スープの素 0.96	※でん粉 0.13	水 7.2
	チンゲンサイ 12	※さわら 70	※チーズ 1.2	※上白糖 0.36	水 6	ひじきのいために	※カットトマト 10.4	※ウスターソース 7.44	水 2.6	きんぴらごぼう
	千切きくらげ 0.24	※酒 2.4	※小麦粉 3.6	※フレーク節 0.36	レタスとさつまいものサラダ	※ひじき 2.16	※トマトピューレー 13	※しょうゆ 1.44	たじみブロックリーのおかあえ	にんじん 14.4
	※中華スープの素 1.2	※しょうゆ 0.6	※有塩バター 3.6	※でん粉 0.24	さつまいも 36	※オイルツナ 14.4	※ケチャップ 5.2	※かき油 0.24	ブロックリー 26.4	ごぼう 33.6
	※上白糖 0.6	ゆず 2.4	※牛乳 12	水 6	にんじん 6	※冷凍コーン 12	※ウスターソース 0.39	※なたね油 1.2	はくさい 24	ピーマン 3.6
	※しょうゆ 4.8	※なたね油 1.2	※洋風スープの素 1.8	わふうサラダ	レタス 18	※冷凍さやいんげん 6	※しょうゆ 0.26	塩コショウ 0.06	※みりん 0.6	※なたね油 1.2
	※ごま油 0.6	※しょうゆ 2.5	塩コショウ 0.12	ほうれんそう 30	※ノンエッグマヨネーズ 6	※しょうゆ 1.8	※上白糖 0.26	いかにのびりからあげ	※上白糖 0.36	※白ごま 1.2
	※酒 1.2	※みりん 1.44	※オールスパイス 0.02	※春雨 4.8	オニオンスープ	※みりん 1.2	※でん粉 0.26	※いか短冊 50	※しょうゆ 1.8	※しょうゆ 1.8
	塩コショウ 0.12	※酒 1.2	※クローブ 0.02	レタス 18	たまねぎ 48	※上白糖 0.6	塩コショウ 0.07	※酒 2.4	※かつお削り節 0.36	※白すりごま 0.6
	※でん粉 1.2	ゆず 0.6	※ナツメグ 0.02	※和風ドレ 4.8	エリンギ 9.6	※なたね油 0.36	ごぼうのサラダ	しょうが 0.6	さわにわん	※酒 1.2
	水 36	※上白糖 0.96	※ロリエ 0.01	ぶたじる	※ベーコン 6	ごもくじる	ごぼう 26.4	※ごま油 0.36	※糸かまぼこ 6	※みりん 1.2
	にんじんサラダ	※でん粉 0.36	水 96	豚肉 24	※ひよこ豆 18	キャベツ 22	レタス 14.4	※しょうゆ 0.6	ごぼう 24	※上白糖 0.36
	にんじん 48	水 6	ウィンナーのてっぱんやき	里芋 12	※なたね油 0.6	にんじん 12	きゅうり 12	※コチジャン 0.24	だいこん 24	みそしる
	パセリ 0.84	にびたし	※ウィンナー 27	だいこん 12	※コンソメ 0.96	※たけのこ水煮 9.6	※イタリアンドレ 4.8	※豆板醤 0.01	にんじん 6	じゃがいも 30
	※棒々鶏ドレ 4.8	こまつな 24	※なたね油 0.2	ごぼう 12	塩コショウ 0.24	鶏肉 25	はくさいスープ	塩コショウ 0.12	干し椎茸 0.36	キャベツ 24
	いっしょくこぎかな(中)	キャベツ 18	れんこんサラダ	※冷凍角切り豆腐 18	パセリ 0.36	根深ねぎ 12	豚肉 24	※上新粉 2.4	※糸こんぶ 0.36	えのきたけ 12
	※一食小魚 5	だいこん 12	みずな 24	根深ねぎ 6	※しょうゆ 0.6	※フレーク節 2.4	はくさい 36	※でん粉 2.4	※だしこんぶ 2.4	※煮干し 2.4
		※液体かつおだし 0.84	れんこん 26.4	※赤みそ 9.6	水 132	※しょうゆ 1.2	白かぶ 18	※なたね油 4.8	※白しょうゆ 3	※赤みそ 4.8
		※しょうゆ 1.2	※玉ねぎドレ 6	※煮干し 2.4		※淡口しょうゆ 2.4	かぶの葉 1.2	ちゅうかサラダ	※しょうゆ 0.96	※白みそ 4.8
		※上白糖 0.36		水		※みりん 0.12	※コンソメ 0.96	チンゲンサイ 26.4	※食塩 0.12	水 132
		※みりん 0.6				水	塩コショウ 0.12	もやし 30	※中華ドレ 4.8	
		わかめじる					水 132		きふももゼリー(中)	
		鶏肉 24							※きふももゼリー 40	
		※わかめ 0.6								
		たまねぎ 18								
		はくさい 24								
		みつば 6								
		※だしこんぶ 2.4								
		※みりん 0.36								
		※しょうゆ 0.6								
		※白しょうゆ 3								
		※食塩 0.12								
		水 132								
	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分
中学校	773	2.6	713	2.8	789	3	827	2.3	885	3

*エネルギーの単位はKcalです。
*塩分の単位はgです。
*ドレッシングの表記は〇〇ドレになっています。

*食材の分量は、中学校の分量になっています。
*入荷都合等により、献立もしくは材料を変更する場合がありますので、ご了承下さい。