

令和7年11月 学校給食献立表(11月6日~12日2日)

中学校

吉野ヶ里町教育委員会

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 ねつやちからのもとになる 熱や力の元になる	緑の仲間 からだのちょうしきととのえる 体の調子を整える	調味料	エネルギー kcal
6 木	ごはん ヤンニヤムチキン 韓国料理	ちょっぴりピリ辛 とりにく		米 かたくり粉、あぶら			802
	味噌汁	○とうふ、煮ほし、みそ		さといも、こんにゃく	ごぼう、にんじん、だいこん、ねぎ	しお、チキンソース	
	さつまいもマセドリアンサラダ	ハム		さつまいも、マヨネーズ	きゅうり、コーン		
7 金	ごはん			米			791
	しゅうまい		しゅうまい				
	肉じゃが	○牛肉		じやがいも、こんにゃく、さとう	にんじん、たまねぎ、たけのこ、枝豆	だし、しょうゆ	
	白菜昆布和え		塩こんぶ		はくさい、きゅうり、にんじん		
	スティックタルト(りんご)					ステイックタルト	
10 月	ごはん			米			833
	アジフライ		あじ	てんぶら粉、パン粉、あぶら		しお	
	きやべつ豆乳スープ	○	ワインナー、ひよこ豆、豆乳、 脱脂粉乳 かつお節		キャベツ、にんじん、コーン、たまねぎ、ブ ロッコリー	シチュールヴ、コジソメ	
	れんこんかか和え			さとう	ごまつな、にんじん、れんこん	だし、しょうゆ	
11 火	ごはん			米			789
	野菜コロッケ	○		あぶら	野菜コロッケ		
	肉団子中華スープ		肉団子	あぶら、はるさめ	にんじん、はくさい、たけのこ、ちんげん さい	ガラスープ、しょうゆ、しお	
	ごぼうひじき煮		ひじき、さつま揚げ	こんにゃく、さとう	ごぼう、にんじん	だし、しょうゆ	
12 水	ごはん			米			842
	カレー		牛肉	じやがいも、あぶら	たまねぎ、にんじん、れんこん、トマト ピューレ	カレールヴ、コンソメ	
	ワインナー	○	ワインナー				
	サラダ		ソナ	マヨネーズ	キャベツ、きゅうり、枝豆、コーン		
13 木	大豆ミートスパゲティ		合びき肉、大豆団子	スパゲティ、あぶら、さとう	たまねぎ、にんじん、トマトピューレ、に んにく	ケチャップ、コンソメ	870
	チキンリング	○	チキンリング	あぶら			
	プロッコリー和え			ごま	プロッコリー、キャベツ、にんじん、コー ン	ガラスープ、しお	
14 金	ごはん			米			778
	にらまんじゅう	○	にらまんじゅう				
	おでん煮		ちくわ、さつま揚げ	こんにゃく、さといも、さとう	だいこん、にんじん、ごぼう、れんこん	だし、しょうゆ	
	カリフラワーの卵炒め		卵	あぶら	カリフラワー、にんじん	塩こしょう	
	チーズ		チーズ				
18 火	かしわごはん		とり肉、油あげ	米、さとう	にんじん、しょうが	しょうゆ、だし	800
	豚肉の西京焼	○	ぶたにく、みそ	さとう			
	かにかま卵スープ		たまご、かにかま		たまねぎ、にんじん、はくさい	ガラスープ、しょうゆ、しお	
	いも天ぶら			さつま芋、てんぶら粉、あぶら			
19 水	ごはん			米			805
	エビフライ	○	えびフライ	あぶら			
	さつま芋ボトフ		とり肉、だいす	さつまいも	たまねぎ、れんこん、にんじん	コンソメ、しお、しょうゆ	
	うの花炒め		おから	こんにゃく、さとう	たまねぎ、にんじん、ごぼう、枝豆	だし、しょうゆ	