

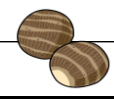


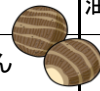
令和8年 11月分学校給食予定献立表



今月の目標
きれいに手を洗おう

阿久比町立学校給食センター
AGUMOGU（あぐもぐ）

日	曜	献立名	主 な 材 料 と そ の 働 き						エネルギー (kcal) 小学校 中学校
			赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
			魚・肉・卵・大豆・大豆製品	乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実	
2	月	ごはん 牛乳		牛乳			米		628
		ユーリンチー 2かいめのとうじょう！ 鶏肉			にんにく しょうが ねぎ	砂糖 でんぷん	油 ごま油		
		ビーフンいため	豚肉		赤ピーマン	キャベツ もやし	ビーフン 砂糖	ごま油	
		わかめスープ	豆腐 油揚げ	わかめ	にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ ねぎ しょうが		ごま油	
4	水	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 麦		617
		さばのゆずみそに	さば みそ			ゆず	砂糖		
		きんぴらごぼう	鶏肉		にんじん さやいんげん	れんこん ごぼう こんにゃく	砂糖	ごま油	
		ゆばとうふのすましじる	油揚げ 湯葉 豆腐 かまぼこ		にんじん	玉ねぎ えのきたけ ねぎ			
5	木	ソフトめん 牛乳		牛乳			めん		696
		コロッケ	豚肉 牛肉		にんじん	玉ねぎ	じゃがいも パン粉 小麦粉 砂糖	油	
		やさいとかつおのあえもの	かつお		小松菜 にんじん	キャベツ もやし	砂糖		
		かきたまあんかけ しんメニュー！ 鶏肉 卵 はんぺん			にんじん	玉ねぎ しいたけ しょうが	砂糖 でんぷん		
6	金	ごはん 牛乳		牛乳			米		619
		こめこチヂミのたれかけ しんメニュー！			にんじん 大根葉	玉ねぎ	米粉 でんぷん	油	
		もやしのちゅうかあえ	鶏肉			もやし きゅうり コーン	砂糖	ごま油	
		はっぼうたん	豚肉 えび いか		にんじん	白菜 玉ねぎ しょうが	砂糖 でんぷん		
9	月	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 麦		683
		こめこチキンカツ	鶏肉				じゃがいも 米粉 でんぷん	油	
		こめこのカレーライス	豚肉 豆乳		にんじん	玉ねぎ にんにく しょうが りんご	じゃがいも 砂糖 米粉ルウ		
		ごぼうサラダ	まぐろ			ごぼう キャベツ 枝豆 きゅうり		ドレッシング	
10	火	ごはん 牛乳		牛乳			米		630
		ビビンバのぐ(にく・たまご)	豚肉 大豆 卵 みそ			にんにく	砂糖 でんぷん	油	
		ビビンバのぐ(やさい) ごはんにまぜて、たべてね。			小松菜 にんじん	もやし	砂糖	ごま油	
		とりにくとやさいのスープ	鶏肉 油揚げ		にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ しめじ 白菜 しょうが		ごま油	
		★みかんのおこめババロア	豆乳			みかん	砂糖 米粉		
11	水	ごはん 牛乳		牛乳			米		684
		こめこほきフライのレモン じょうゆかけ	ほき			レモン果汁	砂糖 米粉	油	
		にくじゃが	豚肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	玉ねぎ こんにゃく	じゃがいも 砂糖	油	
		きりぼしだいこんのごまず あえ	鶏肉		にんじん	切り干し大根 きゅうり	砂糖	ごま	
12	木	あいちのこめこパン 牛乳		牛乳			パン		629
		ハンバーグのたまねぎ ソースかけ	鶏肉 豚肉 大豆			玉ねぎ	砂糖 でんぷん		
		キャベツときのこのソテー			にんじん	しめじ エリンギ キャベツ にんにく しょうが		油	
		はくさいのクリームスープ	鶏肉	牛乳 チーズ	にんじん ブロッコリー	玉ねぎ 白菜	小麦粉	バター 油	
13	金	ごはん 牛乳		牛乳			米		634
		さけのしおこうじやき	さけ						
		だいこんとぶたにくのうまに	豚肉 はんぺん		にんじん	大根 こんにゃく しいたけ 枝豆 しょうが	砂糖 でんぷん		
		もずくときゅうりのあえもの しんメニュー！ 鶏肉	もずく			もやし きゅうり	砂糖		
		いもけんぴいりこざかな しんとうじょう！		かたくちいわし			さつまいも 砂糖	油	
16	月	ごはん 牛乳		牛乳			米		607
		キャベツいりひらつくねの あんかけ	鶏肉			キャベツ	砂糖 でんぷん えんどう豆		
		ブロッコリーのおかかあえ	かつお節		ブロッコリー	コーン もやし	砂糖		
		ぶたじる	豆腐 油揚げ 豚肉 みそ		にんじん	えのきたけ こんにゃく 大根 ねぎ	さといも		
17	火	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 麦		632
		コーングラタン	おから 豆乳			コーン	じゃがいも 米粉 でんぷん 砂糖	油	
		こめこのハヤシライス	豚肉		にんじん パセリ トマト	玉ねぎ エリンギ セロリ にんにく	砂糖 米粉ルウ		
		だいこんサラダ	まぐろ		にんじん	大根 切り干し大根 きゅうり			

日	曜	献立名	主 な 材 料 と そ の 働 き						エネルギー (kcal) 小学校 中学校
			赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
			魚・肉・卵・大豆・大豆製品	乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実	
18	水	ごはん 牛乳		牛乳			米		694 792
		いわしのうめしょうゆに	いわし		赤しそ	梅	砂糖 でんぷん		
		ぶたにくとたまねぎの いためもの	豚肉		青ピーマン にんじん	もやし エリンギ 玉ねぎ しょうが	砂糖 でんぷん	油	
		のっぺいじる	鶏肉 油揚げ		にんじん	大根 ごぼう こんにゃく ねぎ	さといも でんぷん		
		★りんごのおこめタルト	豆乳			りんご	米粉 砂糖 でんぷん	油	
じもとのしゅんをあじわうがっこうきゅうしょくのひ									
19	木	ごはん 牛乳	「阿久比米れんげちゃんコシヒカリ」です。	牛乳			米		671 801
		あいちけんさんおからいり こめコロッケ	おから	「あいちけんさんです！」	「あいちけんさんです！」	玉ねぎ	じゃがいも 砂糖 米粉	油	
		みそおでん	鶏肉 生揚げ はんぺん うずら卵 みそ		にんじん	大根 こんにゃく	砂糖		
		みかん	「しゅんのくだもの！」	「あいちけんさんです！」		みかん	「ちたはんとうさんです！」		
20	金	ミルクロールパン 牛乳		牛乳			パン		645 796
		ジャーマンポテト	「にんきメニュー」	ベーコン		パセリ	じゃがいも	油	
		ミネストローネ	ウインナー		ブロッコリー トマト にんじん	玉ねぎ キャベツ	マカロニ 砂糖		
		フルーツのヨーグルトあえ		ヨーグルト		みかん果汁 パイン 黄桃	砂糖		
25	水	ごはん 牛乳		牛乳			米		622 747
		キャベツいりメンチカツの ソースかけ	牛肉 豚肉 大豆			キャベツ 玉ねぎ	パン粉 でんぷん 小麦粉	油	
		さといものにももの	鶏肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	ごぼう	さといも 砂糖		
		りんご	「しゅんのくだもの！」			りんご			
26	木	ごはん 牛乳	「阿久比米れんげちゃんコシヒカリ」です。	牛乳			米		625 749
		とりにくのてりやき	鶏肉				砂糖 でんぷん		
		ひじきとだいずのいために	大豆 はんぺん	ひじき	にんじん	枝豆	砂糖	ごま油	
		さわにわん	豚肉 油揚げ		にんじん	ごぼう もやし 大根 ねぎ			
27	金	ごはん 牛乳	「阿久比米れんげちゃんコシヒカリ」です。	牛乳			米		634 760
		けんちんしのだのたれかけ	豆腐 油揚げ たら	ひじき	にんじん		でんぷん 砂糖	油	
		きりぼしだいこんのふくめに	鶏肉 はんぺん 大豆		にんじん さやいんげん	切り干し大根 しいたけ	砂糖		
		こんさいのみそしる	豆腐 みそ		かぼちゃ	えのきたけ 玉ねぎ ごぼう れんこん ねぎ			
30	月	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 麦		646 797
		こめこぎょうざのからしじょう ゆかけ(小2個、中3個)	豚肉 大豆		にら	キャベツ しょうが	米粉		
		マーボどうふ	豆腐 大豆 豚肉 みそ		にんじん	玉ねぎ ねぎ しょうが にんにく	砂糖 でんぷん	ごま油	
		はるさめのちゅうかあえ	まぐろ			キャベツ コーン きゅうり もやし	春雨 砂糖	ごま油	

〈今月の阿久比町の野菜〉



こまつな さといも

☆すべての食材を表記しているものではなく、加工食品については主な原料(1%以上)を表記しています。
☆材料の都合により献立を変更することがあります。
☆阿久比町では令和3年9月よりアレルギー対応除去食(卵・乳)を提供しています。
☆献立や食に関するお問い合わせ等は給食センターへお願いします。
TEL 48-5111 FAX 48-5114

★業者配送

※令和8年4月から令和9年3月までの間、物価高騰に対応するため、町が食材価格高騰相当分を負担しています。

平均値	小学校	644
	中学校	775
基準値	小学校	650
	中学校	830
給食予定回数		18回



11月は和食月間です！



11月19日・26日・27日のごはんは、「阿久比米れんげちゃんコシヒカリ」の新米を提供予定です。

給食から学ぶ和食文化

「ご飯・汁物・おかず」を組み合わせた、栄養バランスのよい食事

「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつから生まれる感謝の気持ち

行事食や郷土料理など、地域や日本に伝わる食文化



11月は農林水産省が「和食月間」と位置付けています。学校給食では、ご飯を中心に、だしのうま味を生かした汁物や旬の食材を使った料理を取り入れるのはもちろん、年間を通して行事食や郷土料理を提供し、和食文化に触れる機会を大切にしています。