



11月 中学校給食献立表

春日井市教育委員会
学校給食課

今月の献立目標 秋の愛知の味を食べよう

日 曜	献立名	主な材料とその働き					
		赤 体をつくる		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 魚・肉・卵・大豆など タンパク質	2群 牛乳・小魚・海藻など 無機質	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ ビタミン・無機質	5群 米・パン・めん・いもなど 炭水化物	6群 油脂・種実など 脂質
1 金	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	さわにわん	豚肉 かまぼこ		にんじん 小松菜	たけのこ ごぼう	じゃがいも	
	ツナとおからのそぼろ	鶏肉 おから まぐろ油漬け		にんじん	枝豆 しいたけ しょうが	砂糖	米油
	きざみたくあん 手巻きのり		のり		大根	砂糖	
5 火	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	豚丼の具	豚肉 焼き豆腐		にんじん	たまねぎ しらたき ねぎ エリンギ	砂糖	
	ごぼうとれんこんのきんぴら りんご	牛肉 油揚げ		にんじん	ごぼう れんこん りんご	砂糖	白ごま ごま油
6 水	あいちの米粉パン はっこう乳		はっこう乳			パン	
	ポトフ	うずら卵 ベーコン		にんじん	キャベツ たまねぎ	じゃがいも	
	あじのフリッター(3個) マリネサラダ	あじ				小麦粉	米油 大豆油 ドレッシング
				にんじん	きゅうり		
7 木	わかめごはん 牛乳		わかめ 牛乳			米	
	五目汁	豆腐 かまぼこ		にんじん 小松菜	大根 しいたけ	じゃがいも	
	れんこんと鶏団子の揚げ煮 いわしの干し小魚	鶏肉		さやいんげん	れんこん たまねぎ	砂糖 でん粉	米油
8 金	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	ごじる	豆腐 豆乳 大豆 合わせみそ		にんじん	大根 ごぼう ねぎ		
	キャベツと豚肉の辛み炒め	豚肉		ピーマン にんじん	キャベツ たまねぎ	砂糖 でん粉	ごま油
	型抜きチーズ		チーズ				
11 月	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	豚汁	豚肉 油揚げ 豆みそ		にんじん	大根 ねぎ	さといも	
	ツナと大豆のカレー炒め	まぐろ油漬け 大豆				砂糖	
	ブロッコリーのごま和え			ブロッコリー		砂糖	白ごま
12 火	秋のたきこみごはん	油揚げ		にんじん 大根葉	ぶなしめじ	米 さといも もち米	ごま油
	牛乳		牛乳				
	チキンカツ	鶏肉				パン粉 小麦粉	米油
	キャベツとにんじんの おかか和え	花かつお		にんじん	キャベツ	砂糖	
	豆乳プリン	豆乳				水あめ 砂糖	ココア
13 水	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	トッポギスープ	鶏肉	わかめ	にんじん	たまねぎ ねぎ とうもろこし	トッポギ	
	小松菜と生揚げの炒め物	生揚げ 豚肉		小松菜 にんじん	たけのこ しょうが	砂糖 でん粉	
14 木	きしめん 牛乳		牛乳			きしめん	
	きしめんの汁	鶏肉 かまぼこ 油揚げ		にんじん	はくさい 大根 ねぎ しいたけ	でん粉	
	かきあげ			にんじん	たまねぎ ごぼう	さつまいも 小麦粉	米油
	もやしとにんじんの 塩昆布和え		昆布	にんじん	もやし	砂糖	
15 金	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	肉じゃが	豚肉		にんじん	たまねぎ こんにゃく グリーンピース	じゃがいも 砂糖	
	おひたし	かまぼこ	しらす干し	にんじん ほうれん草	もやし キャベツ	砂糖	
18 月	納豆	納豆					
	玄米ごはん 牛乳		牛乳			米	
	えがおのカレーシチュー	豚肉		にんじん	たまねぎ にんにく マッシュルーム	じゃがいも カレールー	
	切り干し大根とチキンの サラダ	鶏肉			きゅうり とうもろこし 切り干し大根	砂糖	サラダ油
ヨーグルト		ヨーグルト					

この欄の目

- ① 都合により献立を変更する場合があります。② すべての食材を表記しているものではありません。③ 主食となるめん類は前日に製造しています。
④ ♪マークは、食缶・フライ缶のおかずに、特定原材料8品目(卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生・くるみ)を使用していない献立です(調味料を除く)。

日曜	11月 献立名	主な材料とその働き					
		赤体をつくる		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 魚・肉・卵・大豆など タンパク質	2群 牛乳・小魚・海藻など 無機質	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ ビタミン・無機質	5群 米・パン・めん・いもなど 炭水化物	6群 油脂・種実など 脂質
19 火	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	すき焼き	牛肉 焼き豆腐		にんじん	はくさい こんにゃく ねぎ エリンギ	角ふ 砂糖	
	さばのみそ煮	さば 豆みそ				砂糖	
	キャベツときくらげの和え物				もやし キャベツ 黒きくらげ		ごま油
	愛知のみかんゼリー				みかん	砂糖	
20 水	クロスロールパン 牛乳		牛乳			パン	
	大豆とチキンのトマト煮	大豆 鶏肉		にんじん トマト	たまねぎ セロリ にんにく	砂糖	
	さつまいもコロッケ					さつまいも 小麦粉 パン粉	米油
	コーンサラダ			にんじん	キャベツ とうもろこし		白ごま ドレッシング
21 木	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	生揚げの中華飯の具	生揚げ うずら卵 鶏肉		にんじん	たまねぎ キャベツ たけのこ しょうが	砂糖 でん粉	
	チャブチェ	豚肉		にんじん なら 黄パプリカ	たまねぎ にんにく	はるさめ 砂糖	白ごま ごま油
22 金	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	ゆば入りもみじのおすい物	豆腐 かまぼこ 湯葉 油揚げ		にんじん	ごぼう ねぎ しいたけ		
	さんまのみぞれ煮	さんま			だいこん	砂糖	
	もやしと小松菜のおひたし			小松菜	もやし	砂糖	
26 火	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	だまこ汁	鶏肉		にんじん	ごぼう はくさい ねぎ しらたき えのきたけ	だまこもち	
	ひじき入り豚そぼろ	豚肉	ひじき	にんじん	たまねぎ とうもろこし 枝豆 しょうが	砂糖	
	みかん				みかん		
27 水	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	みそおでん	うずら卵 生揚げ 豆みそ		にんじん	大根 こんにゃく	さといも 砂糖	
	ちくわのもみじ揚げ(3個)	ちくわ		にんじん		小麦粉 でん粉	米油
	はくさいときゅうりの ゆかり和え			赤しそ	はくさい きゅうり	砂糖	
28 木	サンドイッチパンズパン 牛乳		牛乳			パン	
	さつまいもシチュー	鶏肉	牛乳 チーズ	にんじん パセリ	たまねぎ ふなしめじ	さつまいも 白いんげん豆 ホワイトルウ	バター
	ハンバーグのデミソースかけ	鶏肉 豚肉 大豆		トマト	たまねぎ	砂糖 小麦	
	ミニサラダ			にんじん	キャベツ とうもろこし	砂糖	サラダ油
29 金	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	中華海鮮うま煮	いか えび ちくわ		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ たけのこ	砂糖 でん粉	ごま油
	揚げぎょうざ(3個)	豚肉			キャベツ	小麦粉	米油
	切り干し大根のさっぱり漬け				きゅうり 切り干し大根 レモン	砂糖	ごま油
	ブルーベリー				ブルーベリー		

秋の愛知を食べる学校給食の日

和食の日

秋の愛知の味を食べよう



19日(火)は「秋の愛知を食べる学校給食の日」です。愛知県でとれた食材をたくさん使っています。愛知県産の食材を探してみましよう。



米 牛乳 焼き豆腐 はくさい ハ丁みそ キャベツ きくらげ みかん

応募献立

11日(月)
ツナと大豆のカレー炒め



応募者のコメント

ツナと大豆はカレー味がとても合います。ご飯にかけても、ロールパンに挟んで食べてもおいしいです。

<学校給食費の納期限等のお知らせ>

単価	対象月	納期限・口座振替日	予定金額	給食日数
285円	9月分	令和6年10月31日(木)	5,130円	18日
	10月分	令和6年12月2日(月)	6,270円	22日

※ 口座への入金、納期限(口座振替日)の前日までにお願いします。
 ※ 給食提供日の4日前(土日祝休日等を除く)までに、欠席等により給食を食べない旨、学校に連絡がない場合は、給食費を請求させていただきます。

令和6年4月分から、1食当たり給食費を340円としています。ただし、令和6年度中は公費負担により値上げ分を無償化し、保護者負担額(児童生徒分)は変更せず、285円としています。

市のホームページに、アレルギー献立表を掲載しています。

