

令和7年度 11月分 学校給食予定献立表



御殿場市立西学校給食センター 0550-89-2944

В	- / +÷-	おもに体をつくる	おもに体の調子を整える	おもにエネルギーの	栄養	養価
曜日	こんだて	もとになる食べ物	もとになる食べ物	もとになる食べ物	小学校	中学校
3月	『の条 の 第 1 の 4 7 4 の 4 6 7 6 7 6 7 6 7 6 7 6 7 6 7 6 7 6 7 6	n 🎘 * 👰 n * 👰	文化の日		٠ 🔏 ۽	***
月	ごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			594	741
4	とり肉とカシューナッツ炒め	とりにく	たまねぎ・あおピーマン・あかピーマン	カシューナッツ・でんぷん・あぶら	17	16
	茎わかめのサラダ	くきわかめ	もやし・にんじん	さとう・ごまあぶら・あぶら	29	26
	中華スープ	ベーコン	だいこん・チンゲンサイ・にんじん まくらば	あぶら	2.7	3.7
火			きくらげ			
	ごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			605	738
5	肉豆腐	ぶたにく・とうふ・みそ	たまねぎ・にんじん・えのきたけ ねぶかねぎ・こんにゃく・さやえんどう	さとう・あぶら・ごまあぶら	16	15
		15,000 0 0 0 0 0	ほししいたけ			
	キャベツとコーンの和え物		キャベツ・とうもろこし・にんじん	あぶら・さとう せんちゃクリームだいふく	27 1.3	1.6
水	せん茶クリーム大福			67000000-A/CVISIC	1.3	0.1
۵,	ナン			ナン		
	ビーンズドライカレー	ぶたにく・ひよこまめ	たまねぎ・にんじん・あおピーマン	ルウ・あぶら	626	884
6	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	あかピーマン・りんご・にんにく・しょうが		17	12
O	青のりポテト	あおのり		じゃがいも・あぶら	37	33
	肉団子と野菜スープ	とりにく	キャベツ・にんじん・さやいんげん	でんぷん・パンこ・さとう	2.9	3.7
木	, 323 CAAA	- / - ,	たまねぎ			0.,
	 	」 が影響 「しいい歯の	」 D日」にちなんだこんだて	 	 ∐ (B&)(#E	
	ごはん			□ D (1234)		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		The state of the s	606	749
7	いかの竜田揚げ (清)	いか	しょうが	でんぷん・あぶら	18	17
	おかかたくあん	かつおぶし	だいこん	ごまあぶら・さとう	29	26
	根菜ごまみそ汁	とうふ・とりにく・みそ	だいこん・ごぼう・にんじん・ねぶかねぎ	さといも・ごま アーモンド・さとう・ごま	2.9	3.5
-	カミカミ小魚アーモンド	かたくちいわし	活用(かつよう)週間【10日~14日】	0 \$ 9 \$ \$ \$ \$ \$	△8 @	~
₩ ₹	ごはん	地場産物(ひはさんが3)	石市(かつなり)週間【TOBY T4日】	CW CW	9 9 0	2
	水かけ菜ふりかけくごはんにかけて	しらす	みずかけな・ゆかり	さとう・ごま	625	785
10	ぎゅうにゅう たべてね!	ぎゅうにゅう			14	14
10	揚げさばの香味だれがけ	さば	ねぶかねぎ・にんにく・しょうが	でんぷん・あぶら・ごま・ごまあぶら さとう	39	36
	リーフレタスのかきたま汁	たまご・とうふ	レタス・にんじん・えのきたけ	でんぷん	2.0	2.3
月						
	食パン/静岡県産いちごジャム			パン・いちごジャム		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			633	789
11	海老芋コロッケ	とりにく	たまねぎ	えびいも・じゃがいも・さとう パンこ・こむぎこ・でんぷん・あぶら	15	15
	もやしのガーリックソテー	ベーコン	もやし・にんじん・にんにく	オリーブゆ	36	33
	チンゲンサイのクリーム煮	ウインナー・ぎゅうにゅう だっしふんにゅう・なまクリーム	たまねぎ・にんじん・チンゲンサイ マッシュルーム	さつまいも・ルウ	2.4	2.9
火						
	黒糖入りロールパン			パン・こくとう		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			583	778
12	とり肉のハニーマスタード焼き	とりにく	パセリ たまわぎ。エリング。まいたけ。にんにく	はちみつ	19	18
	茶ノベーゼパスタ	ベーコン	たまねぎ・エリンギ・まいたけ・にんにく せんちゃ	スパゲッティ・オリープゆ	35	32
	ミネストローネ	ウインナー・しろいんげんまめ	たまねぎ・トマト・にんじん・セロリ にんにく・パセリ	じゃがいも・あぶら	2.6	3.5
水						
	ごはん			こめ		
40	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		ナレニ セプラ マ/ 70,	601	756
13	厚焼き玉子 かつおと大相の甘辛者	たまごかつお	だいこん・1・トラが	さとう・あぶら・でんぷん さとう	21 27	20
	かつおと大根の甘辛煮みそちゃんこ汁	つくね・とうふ・みそ	だいこん・しょうが キャベツ・にんじん・ねぶかねぎ		2.7	3.4
木	-, -, -, -, -, -, -, -, -, -, -, -, -, -	- 1,5 2,55 0,0	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1		<u>-</u> .,	0.4
	ごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			596	738
14	ごてんばポークの酢豚	ぶたにく	たまねぎ・にんじん・たけのこ あおピーマン・しいたけ・にんにく	じゃがいも・でんぷん・あぶら さとう	15	14
			あおピーマン・しいたけ・にんにく しょうが にないな、ラのきたけ、わぶかわぎ			
	茎わかめのスープ 静岡県産みかん	くきわかめ・とうふ・かまぼこ	にんじん・えのきたけ・ねぶかねぎ みかん		27 2.2	25 2.7
金	コルエッハー		(1)			,
-14	中華麺			ちゅうかめん		
	_	ポセニン . レニト . ニ コ.フ	にんじん・たけのこ・チンゲンサイ	さとう・あぶら・ねりごま・ラーゆ	600	
17	豆乳担々麺スープ	ぶたにく・とうにゅう・みそ	ねぶかねぎ・にんにく・しょうが ほししいたけ	でんぷん	629	777
' '	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			18	18
	青菜炒め		もやし・にんじん・こまつな・にんにく	あぶら	25	23
	手作りきな粉バナナ蒸しパン 	ぎゅうにゅう・きなこ	バナナ	ホットケーキミックス	2.9	3.4
月						

曜日	こんだて	おもに体をつくる もとになる食べ物	おもに体の調子を整える もとになる食べ物	おもにエネルギーの もとになる食べ物	小学校	養価中
	D0000000000000000000000000000000000000		1 11111	000000000000000000000000000000000000000		
	ごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	 ぎゅうにゅう			572	6
18	揚げ出し豆腐の肉みそがけ	とうふ・だいずこ・とりにく・みそ	しょうが・はねぎ	でんぷん・あぶら・さとう	16	
	昆布の炒め煮	こんぶ・ぶたにく・さつまあげ	にんじん・ほししいたけ・しょうが	さとう・あぶら	24	
	さつまいものみそ汁	あぶらあげ・みそ	はくさい・たまねぎ	さつまいも 🔊	2.6	
火						
	k	パーネーネーネ だし	」 ∠で味わう和食の日 **	·*·***************************	8*848*	**
	ごはん			こめ		Τ
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			570	
19	さわらのみそこうじ焼き	さわら・みそ		さとう・みずあめ	18	
-	 秋野菜の煮物	とりにく	にんじん・れんこん・こんにゃく	さつまいも・さとう・あぶら	22	
	秋のすまし汁	とうふ・かまぼこ	さやいんげん にんじん・しめじ・みつば		1.8	
7K	ぶどうゼリー	C 7131 • 13-818C	12/10/10 - 0000 - 05 514	ぶどうゼリー	1.0	
小	山型食パン			パン		+
					601	
00	ぎゅうにゅう トマトオムレツ	ぎゅうにゅう たまご・とりにく	たまねぎ	あぶら・でんぷん	18	
∠∪	イタリアンサラダ	7.CGC - C91C\	キャベツ・きゅうり・とうもろこし	ドレッシング	37	
		 とりにく・ぎゅうにゅう	たまねぎ・にんじん・しめじ			
	きのこのクリームシチュー 	なまクリーム・だっしふんにゅう	マッシュルーム・グリンピース	じゃがいも・あぶら・ルウ	2.6	
木						1
	ごはん			こめ		
	ルーロウファンの具	ぶたにく・あつあげ	たまねぎ・たけのこ・にんじん・ねぶかねぎ しょうが	さとう・でんぷん・ごまあぶら	600	
21	ぎゅうにゅう (こはんにのせて)	ぎゅうにゅう			16	
	春巻き	ぶたにく	にんじん・たまねぎ・キャベツ・しょうが ほししいたけ	あぶら・こむぎこ・はるさめ でんぷん・さとう・こめこ	29	
	とり肉と大根のスープ	とりにく・かまぼこ	だいこん・にんじん・だいこんのは	あぶら	2.0	
		COLCYTAIAC	しょうが	0.0.2	2.0	
金 24					_	Ļ
2 4 月	ૄૄૼ∙ ૣ ઼ • ૄૄૼ• ૣૣૣૣૣૣૢૢૢૢ • ૣૣ	👺 · 🛺 · 👸 · 🚛	振替休日	📭 · 👰 · 🚐 · 🚐 · 🧟 · 🚐	· 📆 ·	
/	食パン/黒豆きなこクリーム			パン・くろまめきなこクリーム		Т
	ぎゅうにゅう	 ぎゅうにゅう			622	
25	ハンバーグケチャップソースかけ	とりにく・ぶたにく	たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが	さとう	17	
_0	ペンネのソテー	まぐろあぶらづけ	たまねぎ・とうもろこし・あかピーマン	マカロニ・オリープゆ	38	
			にんにく			
.1.	ウインナーと野菜のスープ	ウインナー	はくさい・たまねぎ・にんじん・パセリ	あぶら	2.7	
火 >0.c					T-00	
Ne	poiteioie oieoit		んぱこめこハヤシの日 ○ [↑]	eoiteioie oieoit		7
	ごはん		 たまねぎ・トマト・にんじん	こめ		
	ごてんばこめこハヤシ	ぶたにく	マッシュルーム・グリンピース・にんにく	こめこルウ・オリーブゆ	589	
26	 緑茶		しょうが		12	
	キャベツソテー	ベーコン	キャベツ・とうもろこし・さやいんげん	オリープゆ	25	
	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		17 13 23 03 20 21 01 1370	さつまいもとくりのタルト	2.2	
水						
۷,	ごはん			こめ		H
	こは// ぎゅうにゅう				571	
			1 5 5 75	オレス・ユホあめ・ブムぶん		
27	いわしの生姜煮	いわし	しょうが れんこん・にんじん・こんにゃく	さとう・みずあめ・でんぷん	17	
	れんこんとひじきの炒め煮 	ひじき・さつまあげ	さやいんげん	さとう・ごま・あぶら・ごまあぶら	27	
	豚汁	ぶたにく・とうふ・あぶらあげ みそ	だいこん・にんじん・ごぼう・ねぶかねぎ	さといも・あぶら	2.2	
木						
	バターロール型パン			パン		T
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	A SECOND		585	
28	 スウェーデン風ミートボール	ぶたにく・とりにく・ぎゅうにゅう	たまねぎ	パンこ・でんぷん・さとう・はちみつ	19	
	ジャーマンポテト	ウインナー		ルウ じゃがいも・あぶら	36	
			たまわぎ・だいこん・にんぶん・パセリ	あぶら		
仝	野菜と大豆のスープ	ベーコン・だいず	たまねぎ・だいこん・にんじん・パセリ	הוכוני	2.7	
金剛	- 上り 献立内窓を亦事させていただ/坦合ギャリ	 		エネルギー(kcal)	650	+
一合作	こより、献立内容を変更させていただく場合があり		A Det	:	650	
	D食品以外にも使用する場合があります。アレル	・ギー食材の確認など詳細につきましては		たんぱく質(%) 基準量	13~20	

11月に、ごてんばコシヒカリの米粉を使用した「ごてんばこめこハヤシ」の日を、御殿場市内全校で実施します。西学校給食センターでは26日に提供します。 また、その日のメニューは、食物アレルギーをもつ児童・生徒も同じ給食を味わってほしいとの思いから、アレルギー食品をなるべく含まないメニューを考えました。 献立表やアレルギー詳細献立表は、市のホームページでもご覧いただけます。

11月8日は「いい歯の日」です! 今月の給食には、よくかんで食べてもらうように「かみかみメニュー」を取り入れています。

(ms) かみかみマークがついた**太字のメニュー**が、

「かみかみメニュー」です。



[※]魚には骨があります。よく噛んで食べましょう。

^{※10}月までの実施回数 原里小・・105回、玉穂小・・104回、御殿場小・・104回、印野小・・103回、原里中・・103回、西中・・103回