

令和7年11月分学校給食献立表

豊橋市曙学校給食センター

日曜日	曜日	配膳例	食品の種類と体内でのほたらき								エネルギー(kcal) 小学校 中学校	メモらん
			献立名		①主に体の組織をつくる食品群		②主に体の調子を整える食品群		③主にエネルギーになる食品群			
					1群	2群	3群	4群	5群	6群		
					魚・肉・卵 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂 (種実)		
4	火		ごはん 牛乳 とり肉のさっくりフライ そえやさい	のりとかつおのふりかけ	とりにく	牛乳、のりとかつおのふりかけ			ごはん 米粉	なたね油 米油	605 759	
			じゃがいもの含め煮		揚げはんぺん	にんじん、さやいんげん	キャベツ たけのこ、たまねぎ、こんにゃく しいたけ	じゃがいも、砂糖				
5	水	皿	サンドイッチロール 牛乳 次郎柿 ドライカレーサンド やさいのスープ煮		牛乳		次郎柿 たまねぎ、グリーンピース キャベツ、コーン	サンドイッチロール			660 762	サンドイッチロール：小麦粉は50%愛知県産
					豚肉、大豆 ウインナーソーセージ	にんじん にんじん、パセリ		でん粉 じゃがいも	米油			
6	木		ごはん 牛乳 ぶりの竜田揚げ 赤しそあえ		ぶり				ごはん	なたね油	650 826	
			だいこんと生揚げのそぼろ煮		豚肉、生揚げ	赤しそ にんじん、葉ねぎ	キャベツ、きゅうり こんにゃく、だいこん ぶなしめじ、しょうが	でん粉、砂糖	米油			
7	金		ごはん 牛乳 しそしょうまい(小2こ、中3こ) もやしいため		とりにく		青じそ	たまねぎ もやし	ごはん 小麦粉	ラード 米油	615 803	
			八宝菜		豚肉、うずら卵、いか	にんじん、チンゲンサイ	たまねぎ、たけのこ、れんこん キャベツ、きくらげ	でん粉	ごま油、米油			
10	月		ごはん 牛乳 あじフライ ゆでやさい 五目きんぴら	Pソース	あじ			キャベツ こんにゃく、ごぼう、切干しだいこん	ごはん 小麦粉	なたね油	618 789	
					豚肉、揚げはんぺん	にんじん、さやいんげん		砂糖	米油、ごま油			
11	火	皿	スライスパン 牛乳 ハンバーグサンド(ハンバーグ) ハンバーグサンド(ゆでやさい) ポトフ 一口洋なしゼリー		豚肉、とりにく		たまねぎ キャベツ	スライスパン 砂糖、でん粉			657 755	スライスパン：小麦粉は50%愛知県産
					ウインナーソーセージ	にんじん、パセリ	たまねぎ、だいこん、セロリ 洋なし	じゃがいも 砂糖				
12	水		ごはん 牛乳 揚げどりのやさいあんかけ (揚げどり) 揚げどりのやさいあんかけ (やさいの甘酢いため) なめこ汁	小魚	とりにく			ごはん	なたね油	599 769		
					にんじん、ピーマン	もやし	砂糖、でん粉	米油				
			豆腐、油揚げ、赤みそ	葉ねぎ	だいこん、たまねぎ、なめこ	さといも						
13	木	皿	ソフトめん 牛乳 りんご ベーコンとキャベツのソテー ミートソース		牛乳		りんご コーン、キャベツ	ソフトめん			642 764	ソフトめん：小麦粉は70%愛知県産
					豚肉、大豆	にんじん、トマト	たまねぎ	砂糖	米油 米油			
14	金		ごはん 牛乳 さんまの銀紙焼き ミニトマト(小1こ、中2こ) 高野豆腐の卵とじ		さんま、赤みそ、白みそ			ごはん 砂糖			644 814	ミニトマト：豊橋産
					とりにく、高野豆腐、卵	にんじん、葉ねぎ	たまねぎ、たけのこ	じゃがいも、砂糖				
17	月		麦ごはん 牛乳 ビビンバ わかめスープ みかん		牛乳		ごまつな、にんじん	麦ごはん	ごま油、米油	597 748	アジアを食べる学校給食の日 アジア・アジアパラ競技大会 応援献立：韓国料理	
					豚肉	ごまつな、にんじん	ぜんまい、えのきたけ、たけのこ わらび、切干しだいこん、にんにく	砂糖				
			豆腐、なると巻	わかめ	にら	たまねぎ、もやし みかん	はるさめ					
18	火		ごはん 牛乳 いかフライのレモンソースかけ そえやさい さつま汁		牛乳		レモン キャベツ	ごはん 砂糖、小麦粉	なたね油 米油	602 767	さつま汁：鹿児島県の郷土料理	
					にんじん	にんじん、葉ねぎ	だいこん、ごぼう、こんにゃく しいたけ					
19	水	皿	ロールパン 牛乳 ウインナーとやさいのケチャップいため 米粉ホワイトシチュー	コーヒー糖	牛乳		キャベツ、えだまめ、エリンギ	ロールパン、コーヒー糖			662 832	ロールパン：小麦粉は50%愛知県産
					とりにく	チーズ、調理用牛乳 生クリーム	にんじん、ブロッコリー	たまねぎ、コーン	じゃがいも 白いんげん豆	米油 米油		
20	木		ごはん 牛乳 さつまいもコロッケ もやしとごまつなのおかかいため 肉豆腐		牛乳			ごはん さつまいも、小麦粉	なたね油 米油	657 827		
					かつお節 豚肉、豆腐	ごまつな にんじん、さやいんげん	もやし れんこん、たまねぎ、こんにゃく	砂糖、でん粉	米油 米油			
25	火		ごはん 牛乳 五目厚焼卵 大豆のいそ煮 ごま汁		牛乳		ほうれんそう、にんじん にんじん、さやいんげん にんじん、葉ねぎ	しいたけ、グリーンピース			580 737	
					卵 大豆、揚げはんぺん とりにく、豆腐、豆乳、白みそ	ひじき ひじき	だいこん、はくさい、たまねぎ	砂糖	米油 ごま			
26	水		五穀ごはん 牛乳 ハムとやさいのいためもの 米粉カレーライス	角チーズ	牛乳、チーズ		キャベツ、コーン	五穀ごはん	米油 米油	620 781	五穀ごはん：大麦(7%)、発芽玄米(1%)、黒米(0.9%)、もちきび(0.8%)、赤米(0.3%)含む	
					ハム 豚肉、大豆	にんじん	たまねぎ、えだまめ	じゃがいも				
27	木		ごはん 牛乳 ミンチカツ 大豆サラダ たぬき汁	P卵無マヨネーズ	牛乳		たまねぎ キャベツ、きゅうり	ごはん 小麦粉	なたね油 卵無マヨネーズ	638 799		
					豚肉 大豆	にんじん	ごぼう、だいこん、こんにゃく えのきたけ、しょうが、根深ねぎ		ごま油			
					油揚げ	にんじん、ごまつな						
28	金		麦ごはん 牛乳 はるさめサラダ マーボー豆腐 さつまいもとくりのタルト	P塩中華ドレッシング	牛乳		にんじん 葉ねぎ	麦ごはん はるさめ	塩中華ドレッシング 砂糖、でん粉	ごま油、米油	701 844	
					豚肉、とりレバー、大豆 豆腐、赤みそ		しょうが、にんにく、たまねぎ たけのこ、しいたけ	さつまいも、砂糖 米粉	くり、パーム油			

- 献立は都合により変更する場合があります。
- スプーンマーク  はスプーンをつけます。
- 小学校のエネルギー(kcal)は、中学年の量を表示しています。
- P(パック)…卓上調味料のことで、各学級1本です。
- **太文字**は愛知県産の予定です。

28品目のアレルゲンを含む商品の情報は裏面に表示しています。28品目以外のアレルゲンを含む食品の情報が
必要な場合は、担当給食センターか保健給食課にてご確認ください。

※この面は、すべての食品が表示されているわけではありません。(加工品で配合割合が少ない食品は表示されていません。)
※この面は、すべての調味料が表示されているわけではありません。
※同じ献立名でも使用する食品が異なる場合があります。裏面をご確認ください。

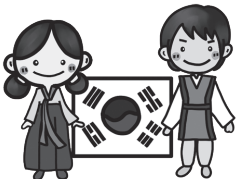
～アジアを食べる学校給食の日～

食べて応援！アジア・アジアパラ競技大会応援献立

アジア・アジアパラ競技大会とは、4年に一度、アジアの45の国と地域
が参加するアジア最大のスポーツの祭典です。2026年には、名古屋市や
愛知県の各所をはじめとした7都府県で「愛知・名古屋2026年大会」が
開催されます。

大会に向けてアジアの国や地域についてより興味を持ってもらうため、学校給食でアジア料理を
提供します。

11月は東アジアに位置する大韓民国（通称：韓国）の料理です。
給食を通じてアジアについて知り、大会を応援しましょう！



11月に使用される次郎柿とブロッコリーは豊橋産です。
豊橋市は、次郎柿の生産量が日本一です。

毎月19日は『食育の日～おうちでごはんの日』です

次郎柿農家さんへのインタビューや、次郎柿の皮むき動画など掲載中！ぜひご覧ください♪



保健給食課HP 保健給食課公式YouTube



給食についてのご意見、お問い合わせ先
* 曙給食センター * 保健給食課
☎21-6071 ☎51-2835