

令和7年11月分学校給食献立表

豊橋市東部学校給食センター

日	曜	配膳例	食 品 の 種 類 と 体 内 で の は 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		牛乳			ごはん		603 768	さつま汁：鹿児島県の郷土料理
		いかフライのレモンソースかけ	いか			レモン	砂糖、小麦粉	なたね油			
		そえやさい		にんじん	キャベツ		米油				
		さつま汁	とり肉、生揚げ、麦みそ	にんじん、葉ねぎ	だいこん、ごぼう、こんにゃく しいたけ						
5	水	ソフトめん	牛乳		牛乳			ソフトめん		642 764	ソフトめん：小麦粉は70%愛 知県産
		りんご				りんご					
		ベーコンとキャベツのソテー	ベーコン			コーン、キャベツ		米油			
		ミートソース	豚肉、大豆	にんじん、トマト	たまねぎ	砂糖	米油				
6	木	ごはん	牛乳	のりとかつおのふりかけ	牛乳、のりとかつおのふりかけ			ごはん		605 759	
		とり肉のさっくりフライ	とり肉				米粉	なたね油			
		そえやさい		こまつな	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	米油			
		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							
7	金	スライスパン	牛乳		牛乳			スライスパン		657 755	スライスパン：小麦粉は50% 愛知県産
		ハンバーグサンド(ハンバーグ)	豚肉、とり肉			たまねぎ	砂糖、でん粉				
		ハンバーグサンド(ゆでやさい)				キャベツ					
		ポトフ	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	じゃがいも					
		一口洋なしゼリー				洋なし	砂糖				
10	月	ごはん	牛乳		牛乳			ごはん		638 799	
		ミンチカツ	豚肉			たまねぎ	小麦粉	なたね油			
		大豆サラダ	大豆	にんじん	キャベツ、きゅうり		卵無マヨネーズ				
		たぬき汁	油揚げ	にんじん、こまつな	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				
11	火	麦ごはん	牛乳		牛乳			麦ごはん		691 844	
		はるさめサラダ	P塩中華ドレッシング	にんじん		もやし、きゅうり	はるさめ	塩中華ドレッシング			
		マーボー豆腐	豚肉、とりレバー、大豆 豆腐、赤みそ	葉ねぎ	しょうが、にんにく、たまねぎ たけのこ、しいたけ	砂糖、でん粉	ごま油、米油				
		さつまいもとくりのタルト	豆乳			さつまいも、砂糖 米粉	くり、パーム油				
12	水	サンドイッチロール	牛乳		牛乳			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
		次郎柿				次郎柿					
		ドライカレーサンド	豚肉、大豆	にんじん		たまねぎ、グリーンピース	でん粉	米油			
		やさいのスープ煮	ウインナーソーセージ	にんじん、パセリ	キャベツ、コーン	じゃがいも					
13	木	ごはん	牛乳		牛乳			ごはん		650 826	
		ぶりの竜田揚げ	ぶり					なたね油			
		赤しそあえ		赤しそ	キャベツ、きゅうり						
		だいこんと生揚げのそぼろ煮	豚肉、生揚げ	にんじん、葉ねぎ	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				
14	金	ごはん	牛乳	コーヒースー	牛乳			ごはん、コーヒースー		599 756	
		五目厚焼卵	卵								
		大豆のいそ煮	大豆、揚げはんぺん	ほうれんそう、にんじん	しいたけ、グリーンピース	砂糖	米油				
		ごま汁	とり肉、豆腐、豆乳、白みそ	にんじん、さやいんげん	だいこん、はくさい、たまねぎ	ごま					
17	月	ごはん	牛乳		牛乳			ごはん		618 789	
		あじフライ	Pソース	あじ			小麦粉	なたね油			
		ゆでやさい			キャベツ						
		五目さんびら	豚肉、揚げはんぺん	にんじん、さやいんげん	こんにゃく、ごぼう、切干しだいこん	砂糖	米油、ごま油				
18	火	ロールパン	牛乳		牛乳			ロールパン		643 813	ロールパン：小麦粉は50%愛 知県産
		ウインナーとやさいのケチャップいため	ウインナーソーセージ	にんじん	キャベツ、えだまめ、エリンギ		米油				
		米粉ホワイトシチュー	とり肉	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				
19	水	ごはん	牛乳		牛乳			ごはん		651 827	
		さつまいもコロッケ					さつまいも、小麦粉	なたね油			
		もやしとこまつなのおかいため	かつお節	こまつな	もやし	砂糖、でん粉	米油				
		肉豆腐	豚肉、豆腐	にんじん、さやいんげん	れんこん、たまねぎ、こんにゃく	米油					
20	木	ごはん	牛乳		牛乳			ごはん		644 814	ミニトマト：豊橋産
		さんまの銀紙焼き	さんま、赤みそ、白みそ				砂糖				
		ミニトマト（小1こ、中2こ）		ミニトマト							
		高野豆腐の卵とじ	とり肉、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					
25	火	ごはん	牛乳		牛乳			ごはん		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
		ビビンバ	豚肉	こまつな、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	ごま油、米油				
		わかめスープ	豆腐、なると巻	わかめ	にら	はるさめ					
		みかん			たまねぎ、もやし みかん						
26	水	ごはん	牛乳		牛乳			ごはん		583 744	
		揚げどりのやさいあんかけ (揚げどり)	とり肉					なたね油			
		揚げどりのやさいあんかけ (やさいの甘酢いため)		にんじん、ピーマン	もやし	砂糖、でん粉	米油				
		なめこ汁	豆腐、油揚げ、赤みそ	葉ねぎ	だいこん、たまねぎ、なめこ	ざといも					
27	木	五穀ごはん	牛乳	角チーズ	牛乳、チーズ			五穀ごはん		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
		ハムとやさいのいためもの	ハム			キャベツ、コーン	米油				
		米粉カレーライス	豚肉、大豆	にんじん	たまねぎ、えだまめ	じゃがいも	米油				
28	金	麦ごはん	牛乳	小魚	牛乳、小魚			麦ごはん		631 828	
		しそしゅうまい(小2こ、中3こ)	とり肉	青じそ	たまねぎ	小麦粉	ラード				
		もやしいため			もやし		米油				
		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				

- 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～

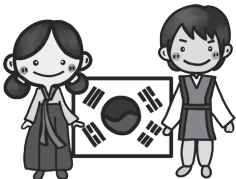
食べて応援！アジア・アジアパラ競技大会応援献立

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

* 東部給食センター

☎62-9815

* 保健給食課

☎51-2835