

令和7年11月分学校給食献立表

豊橋市南部学校給食センター

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 五目厚焼卵 大豆のいそ煮 ごま汁	牛乳 コーヒー糖		牛乳 ひじき ひじき	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 たまねぎ、だいごん、たまねぎ	ごはん、コーヒー糖 砂糖 米油 ごま	599 756			
5	水	スライスパン 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	牛乳	豚肉、とり肉 ウインナーソーセージ	牛乳	にんじん、パセリ	たまねぎ キャベツ たまねぎ、だいごん、セロリ 洋なし	スライスパン 砂糖、でん粉 じゃがいも 砂糖	657 755	スライスパン：小麦粉は50% 愛知県産		
6	木	麦ごはん ビビンバ わかめスープ みかん	牛乳	豚肉 豆腐、なると巻	牛乳	こまつな、にんじん にら	ぜんまい、えのきたけ、たけのこ わらび、切干しだいごん、にんにく たまねぎ、もやし みかん	麦ごはん 砂糖 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		
7	金	ごはん あじフライ ゆでやさい 五目きんぴら	牛乳 Pソース	あじ 豚肉、揚げはんぺん	牛乳	にんじん、さやいんげん	キャベツ こんにゃく、ごぼう、切干しだいごん	ごはん 小麦粉 砂糖 米油、ごま油	なたね油	618 789		
10	月	ごはん とり肉のさっくりフライ そえやさい じゃがいもの含め煮	牛乳 のりとかつおのふりかけ	とり肉 揚げはんぺん	牛乳 のりとかつおのふりかけ	こまつな 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	ごはん 米粉 じゃがいも、砂糖	なたね油 米油	605 759		
11	火	サンドイッチロール 次郎柿 ドライカレーサンド やさいのスープ煮	牛乳	豚肉、大豆 ウインナーソーセージ	牛乳	にんじん にんじん、パセリ	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 でん粉 じゃがいも	660 762	サンドイッチロール：小麦粉 は50%愛知県産		
12	水	ごはん しそしゅうまい(小2こ、中3こ) もやしいため 八宝菜	牛乳	とり肉 豚肉、うずら卵、いか	牛乳	青じそ にんじん、チンゲンサイ	たまねぎ もやし たまねぎ、たけのこ、れんこん キャベツ、きくらげ	ごはん 小麦粉 でん粉	ラード 米油 ごま油、米油	615 803		
13	木	ごはん 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	いか とり肉、生揚げ、麦みそ	牛乳	にんじん にんじん、葉ねぎ	レモン キャベツ だいごん、ごぼう、こんにゃく しいたけ	ごはん 砂糖、小麦粉 じゃがいも	なたね油 米油	602 767	さつま汁：鹿児島県の郷土料理	
14	金	ごはん 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	牛乳 P塩中華ドレッシング	豚肉、とりレバー、大豆 豆腐、赤みそ 豆乳	牛乳	にんじん 葉ねぎ	もやし、きゅうり しょうが、にんにく、たまねぎ たけのこ、しいたけ	ごはん はるさめ 砂糖、でん粉 さつまいも、砂糖 米粉	塩中華ドレッシング ごま油、米油 くり、パーム油	700 856		
17	月	麦ごはん ハムとやさいのいためもの 米粉カレーライス	牛乳 角チーズ	ハム 豚肉、大豆	牛乳、チーズ	にんじん	キャベツ、コーン たまねぎ、えだまめ	麦ごはん じゃがいも	619 780			
18	火	ごはん 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	牛乳 小魚	とり肉 豆腐、油揚げ、赤みそ	牛乳、小魚	にんじん、ピーマン 葉ねぎ	ごはん もやし だいごん、たまねぎ、なめこ	揚げどりのやさいあんかけ (揚げどり) 砂糖、でん粉 さといも	なたね油 米油	599 769		
19	水	ソフトめん りんご ベーコンとキャベツのソテー ミートソース	牛乳	ベーコン 豚肉、大豆	牛乳	にんじん、トマト	りんご コーン、キャベツ たまねぎ	ソフトめん 米油 米油	642 764	ソフトめん：小麦粉は70%愛 知県産		
20	木	五穀ごはん さつまいもコロッケ もやしとこまつなのおかかいため 肉豆腐	牛乳	かつお節 豚肉、豆腐	牛乳	こまつな 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	五穀ごはん さつまいも、小麦粉 米油 砂糖、でん粉	661 840	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		
25	火	ごはん ぶりの竜田揚げ 赤しそあえ だいごんと生揚げのそぼろ煮	牛乳	ぶり 豚肉、生揚げ	牛乳	赤しそ にんじん、葉ねぎ	キャベツ、きゅうり こんにゃく、だいごん ぶなしめじ、しょうが	ごはん なたね油 でん粉、砂糖 米油	650 826			
26	水	ロールパン 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	牛乳	ウインナーソーセージ とり肉	牛乳 チーズ、調理用牛乳 生クリーム	にんじん にんじん、ブロッコリー	ロールパン キャベツ、えだまめ、エリンギ たまねぎ、コーン	じゃがいも 白いんげん豆	643 813	ロールパン：小麦粉は50%愛 知県産		
27	木	ごはん ミンチカツ 大豆サラダ たぬき汁	牛乳 P卵無マヨネーズ	豚肉 大豆 油揚げ	牛乳	にんじん	たまねぎ キャベツ、きゅうり ごぼう、だいごん、こんにゃく えのきたけ、しょうが、根深ねぎ	ごはん 小麦粉 卵無マヨネーズ ごま油	638 799			
28	金	ごはん 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	牛乳	さんま、赤みそ、白みそ とり肉、高野豆腐、卵	牛乳	ミニトマト にんじん、葉ねぎ	たまねぎ、たけのこ	ごはん 砂糖 じゃがいも、砂糖	644 814	ミニトマト：豊橋産		

- 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品目のアレルギーを含む商品の情報は裏面に表示しています。28品目以外のアレルギー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。

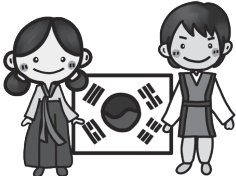
～アジアを食べる学校給食の日～

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
* 南部給食センター * 保健給食課
☎45-4512 ☎51-2835