

# 令和7年度 11月 献立予定表

門川中学校  
門川町学校給食センター

日付	○主食 ●主菜 ☆副菜 ★その他 ◎（主食主菜兼用）	ざいりょう			ちょうみりょう		小学校	中学校
		エネルギーになる （き）	からだをつくる （あか）	からだのちょうしをととのえる （みどり）			エネルギー基準 650	たんぱく質基準 830
4	○あげパン ／ ●にくだんごスープ 火 ☆コーンサラダ ★ぎゅうにゅう	パン あぶら さとう パンこ かたくりこ マロニー ごまあぶら	きなこ とりにく ちくわ ぎゅうにゅう	たまねぎ こまつな しいたけ にんじん ブロッコリー きゅうり コーン	しお うすくちしょうゆ こしょう さけ ガラスープ こいくちしょうゆ す		594	751
5	◎てつじんカレー ／ 水 ☆ひゅうがなつドレッシングサラダ ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ じゃがいも あぶら	ぶたにく ぶたレバー チーズ だっしふんにゅう かにかまぼこ ぎゅうにゅう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん りんご コーン きゅうり カリフラワー キャベツ	ガラスープ カレールウ ローレルに ウスターソース カレー うすくちしょうゆ しお クチャップ チャツネ ひゅうがなつドレッシング		672	808
6	○げんりょうミルクパン ／ ◎やきそば 木 ☆オレンジサラダ ★ぎゅうにゅう	パン ちゅうかめん あぶら さとう	ぶたにく ちくわ あおさ とりにく ぎゅうにゅう	しょうが たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり みかん	ウスターソース オイスターソース しお こしょう す		612	717
7	○むぎごはん ／ ●つくねのやさいあんかけ 金 ☆キムチじる ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ かたくりこ コーンスターチ パンこ あぶら さとう ごまあぶら さといも ごま	とりにく ぶたにく あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	えのき たけのこ さやいんげん しょうが たまねぎ にら にんにく しめじ にんじん だいこん はくさいキムチ ごぼう こんにゃく ねぎ	オイスターソース こいくちしょうゆ みりん うすくちしょうゆ しお こしょう にぼし		605	724
10 ／ 月	<div>べんとう ひ</div> <div>弁当の日</div>							
11	○こめこパン ／ ●はくさいのシチュー 火 ☆ポパイサラダ ★ぎゅうにゅう	パン あぶら じゃがいも	ぶたにく ひじき チーズ だいず いんげんまめ ぎゅうにゅう	グリーンピース だいこん たまねぎ にんじん はくさい きゅうり ほうれんそう	ガラスープ しお こしょう ホワイトルウ ごまドレッシング		668	780
12	◎スタミナなっとうどん ／ 水 ☆ぶたじる ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ ごまあぶら さといも	とりにく だいず なっとう ぶたにく とうふ みそ ぎゅうにゅう	しいたけ もやし はくさいキムチ にら にんにく たまねぎ しょうが にんじん だいこん ごぼう こんにゃく こまつな ねぎ	こいくちしょうゆ さけ にぼし		607	728
13	○コッパパン ／ ●ふゆやさいのコトコトに 木 ☆りんごサラダ ★ぎゅうにゅう	パン じゃがいも あぶら	ぶたにく ぎゅうにゅう	はくさい たまねぎ にんじん だいこん ブロッコリー りんご キャベツ きゅうり	ガラスープ みりん フイヨン しお こしょう す		604	704
14	○むぎごはん ／ ●かぼちゃのふくめに 金 ☆みそじる ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ あぶら さとう さつまいも	とりにく あつあげ さつまあげ あぶらあげ わかめ みそ ぎゅうにゅう	こんにゃく かぼちゃ たまねぎ さやいんげん はくさい だいこん にんじん ねぎ	さけ みりん うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ にぼし		614	736
17	○むぎごはん ／ ●ぶたにらいため 月 ☆ビーフンスープ ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ ごまあぶら さとう ビーフン	ぶたにく だいず かにかまぼこ わかめ ぎゅうにゅう	キャベツ にら しょうが にんにく たまねぎ にんじん きくらげ たけのこ ねぎ	さけ みりん こいくちしょうゆ コチジャン ガラスープ しお うすくちしょうゆ こしょう		606	726
18	○コッパパン ／ ●かどこうへべすジャムなんばん 火 ☆さつまいものスープ ★ぎゅうにゅう	パン あぶら かたくりこ へべすジャム さとう さつまいも	たら ベーコン とうにゅう ぎゅうにゅう	ハベス あか・き・みどりピーマン にんじん たまねぎ しめじ ブロッコリー	す うすくちしょうゆ しお こしょう ホワイトルウ ガラスープ		613	715
19	○むぎごはん ／ ●ぶたにくとあつあげのみそに 水 ☆ごまあえ ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ さといも あぶら さとう ごま	あつあげ ぶたにく みそ ちくわ ぎゅうにゅう	にんじん しょうが たけのこ しいたけ たまねぎ ほうれんそう きゅうり キャベツ コーン	さけ こいくちしょうゆ		659	791
20	○げんりょうコッパパン ／ ◎ペンネポロネーゼ 木 ☆フルーツインかどにゅう ★ぎゅうにゅう	パン ペンネ あぶら ゼリー さとう	チーズ ぶたにく ぎゅうにゅう だっしふんにゅう ぎゅうにゅう	グリーンピース トマト たまねぎ にんにく にんじん しめじ りんご みかん	デミグラスソース しお こしょう トマトピューレ ウスターソース クチャップ		677	803
21 ／ 金	<div>きゅうしょく</div> <div>給食なし</div>							
25	○げんりょうマヨネーズパン ／ ◎ごもくうどん 火 ☆かきあげ ★ぎゅうにゅう	パン うどん こむぎこ あぶら	ぶたにく あぶらあげ ぎゅうにゅう	えのき ねぎ にんじん たまねぎ ごぼう しゅんぎく	にぼし みりん うすくちしょうゆ さけ しお		680	753
26	○むぎごはん ／ ●やさいのピリからに 水 ☆かふうサラダ ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ あぶら かたくりこ さとう ごまあぶら	ぶたにく あつあげ ツナ ぎゅうにゅう	こんにゃく ほうれんそう しょうが にんにく だいこん にんじん きゅうり もやし キャベツ	トウバンジャン みりん さけ オイスターソース うすくちしょうゆ す		639	766
27	○コッパパン ／ ●チキンチーズやき☆そえやさい 木 ☆クリームスープ ★ぎゅうにゅう	パン あぶら パンこ さとう じゃがいも バター	とりにく チーズ ベーコン ぎゅうにゅう	カリフラワー あか・き・みどりピーマン たまねぎ にんじん コーン パセリ	しおこうじ こいくちしょうゆ しお あおじそドレッシング ガラスープ フイヨン こしょう うすくちしょうゆ		602	701
28	○むぎごはん ／ ●さかなのさいきょうやき 金 ☆きゅうりのこんぶあえ☆みぞれじる ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ さとう さつまいも かたくりこ	あじ みそ しおこんぶ じとっこ ぎゅうにゅう	きゅうり もやし にんじん しめじ だいこん こまつな	みりん うすくちしょうゆ しお にぼし		579	691
							24.2	28.5

※11月10日（月）は、門川中は弁当の日のため給食はありません。  
※11月21日（金）は、門川中は給食はありません。