

# 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)	さいりょう			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)			
4 火	○あけパン ●にくだんごスープ ☆コーンサラダ ★ぎゅうにゅう	パン あぶら さとう パン かたくりこ マロニー ごまあら	きなこ とりにく ちくわ ぎゅうにゅう	たまねぎ こまつな しいだけ にんじん プロッコリー 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 23.6	751 28.8
5 水	◎てつじんカレー ☆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 ジャガイも あぶら	ぶたにく ぶたレバー チーズ だっしゅんにゅう 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 ローレルヒ ウスター・ソース カレー うすくちしょうゆ しお ケチャップ チャツネ ひゅうがなつドレッシング	672 20.9	808 24.4
6 木	○げんりょうミルクパン ◎やきそば ☆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 23.8	717 27.5
7 金	○むぎごはん ●しつねのやさいあんかけ ☆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 パン あぶら さとう ごまあら 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 だけのこ 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 たいこん 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 21.7	724 25.4

## 弁当の日

10 月	べんとう ひ	弁当の日					
11 火	○ごめこパン ●はくさいのシチュー ☆ボパイサラダ ★ぎゅうにゅう	パン あぶら ジャガイも	ぶたにく ひじき チーズ だいす いんげんまめ ぎゅうにゅう	グリンピース 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 ごまだれッシング	668 26.0	780 29.8
12 水	◎スタミナなつとうどん	こめ むぎ ごまあぶら さといも	とりにく だいす なつとう ぶたにく とうふ みそ ぎゅうにゅう	しいだけ 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 24.5	728 28.9
13 木	○コッペパン ●ふゆやさいのコトコトに ☆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 プロッコリー りんご キャベツ きゅうり	ガラスープ みりん ブイヨン しお こしょう す	604 21.6	704 24.6
14 金	○むぎごはん ●かぼちゃのふくめに ☆みぞしる ★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 22.0	736 25.8
17 月	○むぎごはん ●ぶたにらいため ☆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 だいす 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 20.4	726 23.8
18 火	○コッペパン ●かどころへべすジャムなんばん ☆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	ペペス あか・き・みどりビーマン にんじん たまねぎ しめじ プロッコリー	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 24.0	715 27.7
19 水	○むぎごはん ●ぶたにくとあつあげのみそに ☆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 しいだけ 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 23.3	791 27.4
20 木	○げんりょうコッペパン ●ベンネボロネーゼ ☆フルーツインかどにゅう ★ぎゅうにゅう	パン ベンネ あぶら ゼリー さとう	チーズ ぶたにく ぎゅうにく だっしゅんにゅう ぎゅうにゅう	グリンピース 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 ケチャップ	677 26.6	803 31.2

## きゅうしょく 給食なし

21 金	きゅうしょく 給食なし						
25 火	○げんりょうマヨネーズパン ●ごもくうどん ☆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 23.1	753 25.4
26 水	○むぎごはん ●やさいのピリからに ☆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	トウパンジャン みりん さけ オイスター・ソース うすくちしょうゆ す	639 21.9	766 25.6
27 木	○コッペパン ●チキンチーズやき☆そえやさい ☆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・みどりビーマン 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 ブイヨン こしょう うすくちしょうゆ	602 26.3	701 30.6
28 金	○むぎごはん ●さかなのさいきょうやき ☆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 しお にぼし	みりん うすくちしょうゆ しお にぼし	579 24.2	691 28.5

※11月10日（月）は、門川中は弁当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。