

令和6年度 11 月

献立表



中学校用

熊取町教育委員会

| 日・曜 | 1日(金) | 5日(火) | 6日(水) | 7日(木) | 8日(金) | 11日(月) | 12日(火) | 13日(水) | 14日(木) | |
|----------------|--|---|--|---|--|--|---|---|--|---------------------|
| 献立名 | 梅ごはん 厚揚げの味噌汁 ポーク生姜 牛乳 | てりやきバーガー ミネストローネ 牛乳 | 豚みそ丼 ワンタンスープ 牛乳 | コッペパン クリームシチュー キャベツのサラダ 牛乳 | ごはん チゲ風味噌汁 白身魚の蒲焼き風 飲むヨーグルト(アンドミルク) | ごはん 田舎味噌汁 高野豆腐の含め煮 ひじきそぼろ 牛乳 | 新メニュー コッペパン ポトフ チキンとペンネのトマト煮 牛乳 | カレーライス 豆サラダ 牛乳 | チキンカツバーガー コーンスープ 牛乳 | |
| 材料名および 三色栄養 | 精白米 梅ごはんの素 | 渦巻きカットパン ベーコン じゃが芋 カットスパゲティ 玉ねぎ 人参 セロリ にんにく サラダ油 トマトピューレ ケチャップ 砂糖 うす口醤油 | 精白米 鶏肉 白菜 人参 ニラ ワンタンの皮 うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら 豚骨 スープ | コッペパン 鶏肉 酒 じゃが芋 玉ねぎ 人参 パセリ 小麦粉 バター サラダ油 牛乳 粉チーズ 塩 胡椒 鶏がら スープ | 精白米 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 小松菜 えのき茸 キムチ にんにく 土生姜 サラダ油 粉チーズ こい口醤油 赤味噌 けずりぶし だし汁 | 精白米 豚肉 白玉団子 玉ねぎ 人参 えのき茸 青ねぎ 赤味噌 白みそ けずりぶし だし汁 高野豆腐 棒天 人参 枝豆むき身 砂糖 うす口醤油 みりん けずりぶし だし汁 | コッペパン ミニウインナー 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ うす口醤油 塩 胡椒 ローレル 鶏がら スープ マカロニ 鶏肉 玉ねぎ にんにく サラダ油 砂糖 うす口醤油 トマトピューレ ケチャップ ウスターソース 塩 胡椒 鶏がら スープ 牛乳 | 精白米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 サラダ油 豆乳 カレーパウ カレー粉 ウスターソース だし汁 胡椒 水 ボンレスハム 大豆 キャベツ 人参 枝豆むき身 ごまドレッシング 牛乳 | 渦巻きカットパン ベーコン じゃが芋 玉ねぎ 人参 コーン 人参 うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら スープ チキンカツ 揚げ油 キャベツ サラダ油 塩 胡椒 1食とんかつソース 牛乳 | |
| | 鶏肉 厚揚げ 里芋 大根 人参 青ねぎ 赤味噌 白みそ けずりぶし だし汁 | ハンバーグ 土生姜 にんにく 砂糖 こい口醤油 みりん 酒 水 片栗粉 キャベツ サラダ油 塩 胡椒 牛乳 | 豚肉 土生姜 こい口醤油 酒 砂糖 玉ねぎ 小松菜 干し椎茸 サラダ油 にんにく 赤味噌 豆板醤 こい口醤油 砂糖 酒 みりん 牛乳 | 豚肉 土生姜 こい口醤油 酒 砂糖 玉ねぎ 小松菜 片栗粉 揚げ油 砂糖 こい口醤油 みりん 水 飲むヨーグルト(アンドミルク) | 豚肉 人参 枝豆むき身 砂糖 うす口醤油 みりん けずりぶし だし汁 鶏ミンチ ひじき 土生姜 サラダ油 砂糖 こい口醤油 みりん 酒 牛乳 | 鶏肉 人参 枝豆むき身 砂糖 うす口醤油 みりん 酒 牛乳 | 鶏肉 人参 玉ねぎ にんにく サラダ油 砂糖 うす口醤油 トマトピューレ ケチャップ ウスターソース 塩 胡椒 鶏がら スープ 牛乳 | 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 サラダ油 豆乳 カレーパウ カレー粉 ウスターソース だし汁 胡椒 水 ボンレスハム 大豆 キャベツ 人参 枝豆むき身 ごまドレッシング 牛乳 | 豚肉 人参 コーン 人参 うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら スープ 牛乳 | |
| | エネルギー/たんぱく質/脂質 | 721kcal 32.8g 21.5g | 752kcal 30.0g 27.8g | 657kcal 27.4g 16.9g | 731kcal 28.3g 26.4g | 704kcal 30.2g 12.2g | 716kcal 28.0g 16.5g | 668kcal 33.3g 20.2g | 822kcal 25.3g 26.3g | 778kcal 28.8g 34.3g |

赤: 赤色の食品...体をつくるもとになるもの
黄: 黄色の食品...熱や力になるもの
緑: 緑色の食品...体の調子をととのえるもの

今月の図書給食

11月15日(金)「事件だよ！全員集合」杉山亮/作 中川大輔/絵 偕成社 ラーメン(味噌ラーメン)

登場人物勢揃いで、珍事件がこまわりマンガで次々におこる。

謎解きだけでなくクイズありパズルあり迷路ありのスペシャルお楽しみ版！

ミルキー杉山の事件簿3「ラーメンをぬすんだのはだれだ？」を含め25件の未発表事件が大公開されています。

給食のラーメンは鶏ガラと豚骨をじっくり時間をかけて煮、スープを取り作られています。

熊取町では、中華そば(しょうゆラーメン)・味噌ラーメン・塩ラーメンの3種類のラーメンが出ています。

あなたの好きなラーメンは何ですか？

令和6年度11月

献立表



中学校用

熊取町教育委員会

| 日・曜 | 15日(金) | 18日(月) | 19日(火) | 20日(水) | 21日(木) | 22日(金) | 28日(木) | 29日(金) | |
|----------------|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| 献立名 | 図書給食 新メニュー ごはん 味噌ラーメン 鶏団子の中華煮 ふりかけ(おかか) 飲むヨーグルト(コアコア) | ごはん 豆腐入りわかめスープ 麻婆春雨 豆乳プリンタルト 牛乳 | 揚げパン 野菜スープ ミートボールのケチャップ煮 牛乳 | きのごはん きつねうどん ツナ入り煮浸し 牛乳 | スイートポテトパン ほうれん草と卵のスープ 豚肉とピーマンの炒め物 飲むヨーグルト(コアコア) | ごはん 豚汁 チキン南蛮 牛乳 | ほんのり甘いパン マカロニスープ ポテトソテー 飲むヨーグルト(アシドミルク) | ハヤシライス ブロッコリーのサラダ 牛乳 | |
| 材料名および 三色栄養 | 精白米 中華麺 豚肉 白菜 もやし もやし 人参 青ねぎ こい口醤油 赤味噌 ごま油 塩 胡椒 鶏がら 豚骨 スープ | 精白米 鶏肉 豆腐 もやし 人参 えのき茸 わかめ うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら 豚骨 スープ | コッペパン(揚げパン用) 揚げ油 グラニュー糖 ベーコン じゃが芋 人参 ホールコーン キャベツ うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら スープ | 精白米 きのごはんの素 油揚げ 砂糖 こい口醤油 だし汁 うどん 鶏肉 かまぼこ 人参 青ねぎ うす口醤油 塩 けずりぶし だし昆布 だし汁 | 精白米 スイートポテトパン 豚肉 卵 ほうれん草 人参 干し椎茸 片栗粉 うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら 豚骨 スープ | 精白米 豚肉 さつまい 玉ねぎ 人参 もやし ごぼう 青ねぎ 赤味噌 白みそ けずりぶし だし汁 | 精白米 ほんのり甘いパン 鶏肉 シェルマカロニ 人参 玉ねぎ キャベツ うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら スープ ベーコン じゃが芋 パセリ サラダ油 塩 胡椒 | 精白米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 にんにく サラダ油 トマトピューレ ハヤシルウ ケチャップ ウスターソース とんかつソース こい口醤油 胡椒 水 | 精白米 フランクフルト ブロッコリー ホールコーン ノンエッグマヨネーズ 牛乳 |
| | 鶏団子 チンゲンサイ 玉ねぎ 人参 干し椎茸 うす口醤油 胡椒 片栗粉 鶏がら 豚骨 スープ | 豚ミンチ 緑豆春雨 人参 青ねぎ 土生姜 にんにく 赤味噌 サラダ油 ごま油 砂糖 こい口醤油 みりん 豆板醤 鶏がら 豚骨 スープ | ミートボール 玉ねぎ えのき茸 サラダ油 砂糖 ケチャップ ウスターソース 水 | ツナ 白菜 人参 うす口醤油 けずりぶし だし汁 | 豚肉 筍 ピーマン 赤パプリカ 土生姜 サラダ油 こい口醤油 砂糖 | 鶏肉 片栗粉 揚げ油 砂糖 酢 こい口醤油 みりん ノンエッグタルソース 牛乳 | 飲むヨーグルト(アシドミルク) | 飲むヨーグルト(コアコア) | |
| | エネルギー/たんぱく質/脂質 中学 662kcal 26.2g 9.8g | エネルギー/たんぱく質/脂質 750kcal 26.8g 23.5g | エネルギー/たんぱく質/脂質 733kcal 27.0g 28.9g | エネルギー/たんぱく質/脂質 625kcal 27.8g 15.2g | エネルギー/たんぱく質/脂質 641kcal 27.4g 19.2g | エネルギー/たんぱく質/脂質 839kcal 39.2g 21.7g | エネルギー/たんぱく質/脂質 666kcal 23.6g 14.7g | エネルギー/たんぱく質/脂質 763kcal 23.7g 23.0g | |

赤:赤色の食品・・・体をつくるものになるもの 黄:黄色の食品・・・熱や力になるもの 緑:緑色の食品・・・体の調子をととのえるもの

- ◇都合により、献立が一部変更になる場合があります。
- ◇(は)マークの献立は、かみごたえのある食材を使用しています。よくかんで食べましょう。
- ◇給食のエネルギー量は文部科学省「日本食品標準成分表八訂」に基づき算出しています。



| | | |
|---------------------------|-------------|--|
| | エネルギー(kcal) | |
| まじゆんえいよりよう 基準栄養量 | 830 | |
| こんげつへいきつめいよりよう 今月平均栄養量 | 719 | |