

令和8年度　**11　月　給　食　献　立　予　定　表**　秩父市立荒川共同調理場



日	曜	主　食	牛乳	おかず	血や肉、骨や歯になる食品（赤）	熱や力のもとになる食品（黄）	からだの調子を整える食品（緑）	ｴﾈﾙｷﾞｰ kcal	ﾀﾝﾊﾟｸ質 g
2	月	ごはん	牛乳	ビビンバの具 人参焼売② 中華コーンスープ	牛乳　豚肉 ベーコン たら 卵	ごはん ごま油　砂糖 じゃがいも　小麦粉 かたくり粉	にんにく　しょうが にんじん　ほうれん草 はくさい　とうもろこし だいずもやし　玉葱	780	26.9
4	水	ツイストパン	牛乳	ししゃもフリッター② ブロッコリーサラダ さつまいもポタージュ	牛乳 ししゃも ベーコン	パン 油　バター　パン粉 さつまいも　薄力粉	ブロッコリー　キャベツ にんじん　玉葱	849	27.0
5	木	ごはん	牛乳	鶏肉のえごま味噌焼き 骨丸ごとおかかあえ まゆたま汁	牛乳　鶏肉 かつお 味噌	ごはん　砂糖 ごま　えごま じゃがいも でん粉	こまつな　にんじん ぶなしめじ　ほうれん草 キャベツ	790	38.7
6	金	コッペパン	牛乳	しゃくし菜スパゲッティ ウインナーのケチャップソース キャベツサラダ	牛乳　豚肉 ウィンナー	パン スパゲッティ 油　バター 砂糖	玉葱　にんじん にんにく　しょうが トマト　キャベツ しゃくしな	830	34.2
9	月	ごはん	牛乳	鯖のソース焼き 秩父味噌サラダ きのこけんちん汁	牛乳 サバ　みそ 豆腐	ごはん　砂糖 じゃがいも　油 えごま	しょうが　ごぼう　キャベツ だいこん　にんじん ぶなしめじ　えのき　なめこ きゅうり　ブロッコリー	811	34.3
10	火	ごはん	牛乳	彩の国パオズ② 彩玉ナムル 豆腐の中華煮	牛乳　豆腐 豚肉　むきえび いか　鶏肉	ごはん　砂糖 ごま油　ごま 油　かたくり粉 小麦粉	たけのこ　玉葱　にんじん 椎茸　しょうが　かぶ にんにく　ブロッコリー こまつな　キャベツ	809	38.7
11	水	フラワーロール	牛乳	チキンナゲット③ グリーンサラダ 彩の国シチュー	牛乳 鶏肉 おから	パン　油 砂糖　さつまいも 薄力粉　バター	キャベツ　ブロッコリー えだまめ　玉葱　こまつな にんじん　ぶなしめじ	887	33.2
12	木	ごはん	牛乳	小江戸カレー ゆで野菜サラダ チーズ	牛乳　鶏肉 チーズ	ごはん　さつまいも じゃがいも 油　砂糖 カレールウ	玉葱　にんじん　にんにく トマト　ブロッコリー とうもろこし	836	27.6
13	金	地粉うどん	牛乳	きつねうどんの汁 みそポテト こまツナサラダ	牛乳　油揚げ 鶏肉　みそ ツナ	うどん　砂糖 じゃがいも　油 薄力粉	にんじん　椎茸　玉葱 こまつな　キャベツ とうもろこし	847	29.7
16	月	ごはん 味付けのり	牛乳	すり身チーズロール ひじきサラダ 豚肉と里芋の煮物	牛乳　のり たら　チーズ 豚肉　鶏肉 ひじき　のり	ごはん　さといも 油　砂糖 ごま でん粉	だいこん　にんじん　ねぎ しょうが　キャベツ きゅうり こんにゃく	807	33.4
17	火	ごはん	牛乳	根菜のそぼろ煮 彩の国納豆 えごま和え	牛乳　豚肉 納豆	ごはん　じゃがいも 砂糖　油 ごま　かたくり粉 えごま	玉葱　にんじん　だいこん ごぼう　れんこん キャベツ　ほうれん草	801	30.9
18	水	厚切り食パン いちごジャム	牛乳	鶏肉のハニージンジャー焼き ポトフスープ コールスローサラダ	牛乳　鶏肉 ウィンナー	パン はちみつ　砂糖 じゃがいも 油	いちご　しょうが キャベツ　玉葱　にんじん ブロッコリー とうもろこし	788	41.8
19	木	かてめし	牛乳	サーモンフライ 秋野菜のみそ汁 ワインゼリー	牛乳　鶏肉 油揚げ　さけ 豆腐 みそ	ごはん　油　砂糖 さつまいも	にんじん　ごぼう　なす 椎茸　玉葱　なめこ こんにゃく ワイン（ぶどう）	837	33.5
20	金	子どもパン	牛乳	バーベキュー煮込みハンバーグ 豆腐とたまごのスープ ポテトサラダ	牛乳　豆腐 鶏肉　豚肉 卵	パン　ごま油 かたくり粉　でん粉 じゃがいも　砂糖 ノンエッグマヨネーズ	トマト　玉葱　にんじん にんにく　こまつな きゅうり　とうもろこし りんご	816	33.1
24	火	ごはん	牛乳	白身魚の甘酢あんかけ 豚汁 野菜炒め	牛乳　豚肉 豆腐　油揚げ みそ　たら たちうお	ごはん　油 砂糖　かたくり粉 じゃがいも　ビーフン	トマト　にんじん　ごぼう ねぎ　キャベツ　こまつな とうもろこし もやし	798	34.1
25	水	ライスボール	牛乳	おっきりこみ 八つ頭コロッケ 彩の国サラダ	牛乳　鶏肉 油揚げ　ひじき	ライスボール　油 小麦粉　さつまいも ノンエッグマヨネーズ 砂糖　ごま　八つ頭	にんじん　ねぎ ごぼう　椎茸　こまつな れんこん　玉葱 ほうれん草	865	27.8
26	木	わかめごはん	牛乳	厚揚げの五目煮 たくあんあえ いちごヨーグルト	牛乳　厚揚げ 豚肉　わかめ ヨーグルト	ごはん　油 上白糖　かたくり粉 ごま	玉葱　にんじん　たけのこ さやいんげん　だいこん ほうれん草　もやし いちご	777	30.4
27	金	中華麺	牛乳	四川風味噌ラーメンのスープ 彩の国肉まん 棒々鶏サラダ	牛乳　豚肉 みそ 鶏肉	中華めん 油　ごま油 小麦粉　はるさめ 砂糖	キャベツ　もやし とうもろこし　ねぎ　にら しょうが　にんにく にんじん	777	35.2
30	月	しゃくし菜 そぼろごはん	牛乳	彩の国メンチカツ 高麗鍋風スープ かぼすゼリー	牛乳　鶏肉 豚肉 豆腐 みそ	ごはん 油　しらたき 砂糖	しょうが　ごぼう　にら はくさい　だいこん　ねぎ えのきたけ　しゃくし菜 かぼす　りんご　にんじん	808	31.3

◆材料の入荷等の都合により、献立の一部が変更になる場合があります。

◆給食に関係する行事については、各学校のおたよりで確認してください。

11月は、彩の国ふるさと学校給食月間です。

郷土料理や地元産食材を知って、ふるさとへの愛着を深める活動を進めてまいります。ふるさとへの関心や郷土愛を深めるきっかけにしていきたいです。

今月は、埼玉や秩父にゆかりのある料理がたくさん登場します。

秩父の地場産物である「えごま」「しゃくし菜」「秩父味噌」を使った料理や、郷土料理の「まゆたま汁」「味噌ポテト」「かてめし」「おっきりこみ」が出ます。また小江戸川越にちなんだ「小江戸カレー」、日高市のB級グルメをアレンジした「高麗鍋風スープ」、他にも埼玉産の食材を使った料理が出るので楽しみにしてください。