

令和８年度

１１月給食献立予定表

秩父市立北部共同調理場



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	かてめし	牛乳	秋野菜の味噌汁 さけフライ ワインゼリー	牛乳　鶏肉　油揚げ 豆腐　さけ　大豆粉	ごはん　油　砂糖 さつま芋　パン粉 小麦粉　でん粉	人参　ごぼう　こんにゃく 椎茸　茄子　玉葱　なめこ ぶどう	800	33.2
4	水	コッペパン	牛乳	しゃくし菜スパゲティー 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　ウインナー	パン　スパゲティ 油　バター　砂糖	しゃくし菜　玉葱　人参 にんにく　生姜　キャベツ もやし	803	32.4
5	木	ごはん	牛乳	中華コーンスープ にんじんシューマイ② ビビンバの具	牛乳　たまご　鶏肉 豚肉　たら	ごはん　じゃが芋　油 ごま油　砂糖　ごま でん粉　小麦粉	とうもろこし　玉葱　小松菜 にんにく　生姜　葱　人参 大豆もやし　ほうれん草 大根　白菜	778	28.9
9	月	わかめごはん	牛乳	厚揚げの五目煮 たくあん和え ヨーグルト	牛乳　わかめ　生揚げ 豚肉　たまご ヨーグルト	ごはん　油　砂糖 ごま	玉葱　人参　筍　たくあん もやし　ほうれん草	804	34.3
10	火	ごはん	牛乳	豚汁 白身魚の甘酢あん 野菜炒め	牛乳　豚肉　豆腐 たら　さつま揚げ	ごはん　じゃが芋　油 でん粉　砂糖	大根　ごぼう　葱　人参 こんにゃく　キャベツ 小松菜　とうもろこし もやし　大根	795	35.1
11	水	地粉うどん	牛乳	きつねうどんの汁 秩父味噌ポテト こまツナサラダ	牛乳　油揚げ　鶏肉 わかめ　まぐろ	うどん　砂糖　じゃが芋 小麦粉　油	葱　人参　椎茸　小松菜 キャベツ　とうもろこし	824	35.3
12	木	ごはん	牛乳	根菜のそぼろ煮 彩の国なっとう えごま和え	牛乳　鶏肉　大豆	ごはん　じゃが芋　砂糖 油　でん粉　ごま	玉葱　人参　かぶ　ごぼう れんこん　ほうれん草 キャベツ　もやし　えごま	783	30.9
13	金	フラワーロール	牛乳	彩の国シチュー チキンナゲット③ ふっキャロサラダ	牛乳　鶏肉　おから	パン　さつま芋　油 小麦粉　バター　砂糖 米粉　でん粉	玉葱　小松菜　人参　しめじ キャベツ　胡瓜　ブロッコリー 枝豆　葱　にんにく　生姜	823	31.4
16	月	しゃくし菜 そぼろごはん	牛乳	高麗鍋風スープ 埼玉県産八頭コロッケ 秩父かぼすゼリー	牛乳　鶏肉　豚肉 豆腐	ごはん　ごま油　砂糖 油　八頭　じゃが芋 パン粉　でん粉	生姜　しゃくし菜　ごぼう 人参　白菜　小松菜　葱　にら 白滝　えのき　椎茸　玉葱 かぼす　りんご	771	27.2
17	火	ごはん	牛乳	小江戸カレー ゆで野菜サラダ 型抜きチーズ	牛乳　鶏肉　チーズ	ごはん　じゃが芋 さつま芋　油　砂糖 小麦粉　でん粉	玉葱　人参　にんにく　生姜 ブロッコリー　とうもろこし	836	29.0
18	水	ライスボール	牛乳	おっきりこみ 彩の国メンチカツ 彩の国サラダ（ノンエッグマヨネーズ）	牛乳　豚肉　油揚げ	パン　めん　油 さつま芋　砂糖　ごま パン粉　小麦粉　でん粉	大根　白菜　ごぼう　人参 葱　椎茸　小松菜　れんこん 玉葱　キャベツ　生姜	829	28.6
19	木	ごはん	牛乳	豆腐の中華煮 彩の国パオズ② 彩玉ナムル	牛乳　豆腐　豚肉　えび いか　鶏肉　大豆粉	ごはん　油　砂糖 でん粉　ごま油　ごま パン粉　小麦粉	筍　玉葱　人参　椎茸　生姜 にんにく　ブロッコリー かぶ　小松菜　キャベツ	804	34.9
20	金	食パン （チョコ クリーム）	牛乳	ポトフスープ チキンハニージンジャー焼き コールスローサラダ（コーンクリーミードレッシング）	牛乳　ウインナー 鶏肉	パン　クリーム じゃが芋　バター　油 砂糖　でん粉	白菜　玉葱　人参　生姜 キャベツ　とうもろこし プルーン　レモン	783	37.3
24	火	ごはん	牛乳	豚肉と里芋の煮物 すり身チーズロール ひじきサラダ（ごまドレッシング）	牛乳　豚肉　たら チーズ　鶏肉　ひじき	ごはん　里芋　砂糖 油　ごま　でん粉	大根　人参　葱　こんにゃく 生姜　キャベツ　もやし	793	33.7
25	水	中華めん	牛乳	豆乳タンタンメンのスープ 彩の国肉まん バンバンジーサラダ	牛乳　豚肉　豆乳 鶏肉	めん　油　ごま　春雨 ごま油　砂糖　小麦粉 パン粉　でん粉	しゃくし菜　もやし　葱 小松菜　にんにく　生姜 キャベツ　人参　とうもろこし 玉葱　椎茸	803	33.5
26	木	ごはん	牛乳	まゆたま汁 鶏肉のえごま秩父味噌焼き 骨丸ごとおかか和え	牛乳　豚肉　鶏肉 かつお節	ごはん　じゃが芋　砂糖 ごま　でん粉	小松菜　人参　しめじ えごま　ほうれん草　キャベツ もやし	766	41.3
27	金	子供パン	牛乳	豆腐とたまごのスープ バーベキュー煮込みハンバーグ ポテトサラダ（ノンエッグマヨネーズ）	牛乳　豆腐　たまご 鶏肉　豚肉	パン　油　でん粉 じゃが芋　砂糖	玉葱　人参　小松菜　りんご にんにく　胡瓜　とうもろこし	798	30.7
30	月	ごはん	牛乳	きのこけんちん汁 さばのソース焼き 秩父味噌サラダ	牛乳　豆腐　鶏肉　さば	ごはん　里芋　油　砂糖	大根　ごぼう　人参　葱 椎茸　なめこ　しめじ こんにゃく　生姜　キャベツ 胡瓜　ブロッコリー　えごま	796	35.9

※ごはん、パンの製造工場においては、卵、乳、ごまを含む製品を製造しています。

◆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。

毎年１１月は「彩の国ふるさと学校給食月間」です。

「彩の国ふるさと学校給食月間」は、“地域や埼玉県で作られた食材に感謝をし、昔から地域に伝わる伝統の郷土食を食べて、自分達の住む地域のことを更に知ること”を目的とした試みです。

今月の給食には郷土食や秩父地域・埼玉県で作られた食材をより多く取り入れています。特に第３週は「地場産物活用強化ウィーク」となっています。