

令和６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
1	金	はちみつパン	牛乳	コーンシチュー チキンナゲット③ 温野菜サラダ	牛乳　鶏肉　おから	パン　じゃが芋 油　小麦粉　バター マーガリン　砂糖 パン粉　でん粉	玉葱　人参　とうもろこし 小松菜　キャベツ　もやし	813	30.5
5	火	太田産 ごはん	牛乳	筑前煮 ししゃもフリッター② ひじきサラダ	牛乳　鶏肉　ししゃも 沖あみ　のり　ひじき	ごはん　里芋　砂糖 油　小麦粉　でん粉 米粉	れんこん　ごぼう　人参 いんげん　こんにゃく キャベツ　胡瓜　もやし	761	30.3
6	水	地粉うどん	牛乳	きつねうどんの汁 味噌ポテト 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　キャベツ 小松菜　もやし	784	30.5
7	木	チャーハン	牛乳	中華コーンスープ えびカツ りんごゼリー	牛乳　豚肉　たまご 鶏肉　えび	ごはん　ごま油　油 でん粉　パン粉　砂糖 小麦粉	葱　人参　生姜　にんにく とうもろこし　玉葱 小松菜　りんご	801	31.2
8	金	バターロール	牛乳	ポトフ ハムチーズピカタ ブロッコリーサラダ（ノンエッグマヨネーズ）	牛乳　ウインナー たまご　ハム　チーズ	パン　じゃが芋　砂糖 でん粉　油	白菜　玉葱　人参 ブロッコリー　キャベツ	822	29.7
11	月	ごはん	牛乳	豚汁 さばのみりん焼き えごま和え	牛乳　豚肉　豆腐 さば	ごはん　じゃが芋 油　砂糖　ごま	大根　ごぼう　葱　人参 こんにゃく　小松菜 キャベツ　もやし　えごま	834	32.9
12	火	ごはん	牛乳	豆腐のうま煮 春巻き 小松菜のナムル	牛乳　豆腐　豚肉 鶏肉	ごはん　油　でん粉 ごま油　砂糖　ごま 春雨　小麦粉	玉葱　キャベツ　人参　筍 木耳　にんにく　生姜 小松菜　もやし　椎茸	870	33.9
13	水	ライスボール パン	牛乳	おっきりこみ コロッケ 彩の国サラダ（ノンエッグマヨネーズ）	牛乳　豚肉　油揚げ ひじき　大豆粉	パン　めん　油 さつま芋　砂糖　ごま じゃが芋　小麦粉 パン粉　でん粉	大根　白菜　ごぼう　人参 葱　椎茸　小松菜　れんこん 玉葱　かぼちゃ　枝豆	821	23.5
15	金	ツイストパン	牛乳	ポークビーンズ キャベツサラダ ヨーグルト	牛乳　大豆　豚肉 ヨーグルト	パン　じゃが芋　砂糖 油	玉葱　人参　ピーマン にんにく　トマト　キャベツ もやし	795	34.1
19	火	ごはん	牛乳	じゃが芋の味噌汁 鶏肉のゴールデンかぼすソース わかめとツナの和え物	牛乳　油揚げ　鶏肉 わかめ　まぐろ	ごはん　じゃが芋 でん粉　油　砂糖 ごま油　ごま	大根　ごぼう　葱　人参 にんにく　かぼす　キャベツ 胡瓜　もやし	897	32.4
20	水	中華めん	牛乳	キムチラーメンのスープ 彩の国肉まん 切干大根サラダ	牛乳　豚肉　鶏肉	めん　油　ごま ごま油　砂糖　小麦粉 パン粉　でん粉	キムチ　キャベツ　人参 葱　にら　にんにく　生姜 大根　小松菜　もやし 玉葱　椎茸	732	31.6
21	木	ごはん	牛乳	小江戸カレー チーズサラダ みかん	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　小松菜　キャベツ もやし　とうもろこし みかん	845	30.1
22	金	食パン	牛乳	クラムチャウダー キャベツメンチカツ グリーンサラダ	牛乳　あさり　ベーコン 豚肉　鶏肉	パン　じゃが芋　油 小麦粉　バター マーガリン　砂糖 パン粉　でん粉	玉葱　人参　ほうれん草 ブロッコリー　枝豆 もやし　キャベツ	823	28.2
25	月	わかめごはん	牛乳	厚揚げの五目中華煮 ポーク焼売② もやしのナムル	牛乳　わかめ　生揚げ 豚肉　えび	ごはん　油　砂糖 ごま油　ごま　小麦粉 パン粉　でん粉	玉葱　人参　筍　木耳 ほうれん草　生姜　にんにく もやし　小松菜	849	38.2
26	火	太田産 ごはん	牛乳	きのこけんちん汁 鶏肉のごまだれ 塩昆布和え	牛乳　豆腐　豚肉 鶏肉　昆布	ごはん　里芋　油 でん粉　砂糖　ごま ごま油	大根　ごぼう　人参　葱 しいたけ　なめこ　しめじ こんにゃく　キャベツ 小松菜　もやし	882	34.1
27	水	コッペパン スライス	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 ゆで野菜サラダ	牛乳　豚肉 ウインナー	パン　スパゲティー 油　バター　マーガリン 砂糖	しゃくし菜　玉葱　人参 ピーマン　にんにく　生姜 ブロッコリー　とうもろこし もやし	809	34.3
28	木	ごはん	牛乳	すき焼き風煮 厚焼きたまご たくあん和え	牛乳　豚肉　豆腐 たまご	ごはん　じゃが芋 砂糖　油　ごま でん粉	白菜　葱　人参　白滝 たくあん　ほうれん草 もやし	786	35.4
29	金	子供パン	牛乳	コンソメスープ 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　ベーコン 鶏肉　豚肉	パン　じゃが芋　砂糖 でん粉　油	玉葱　キャベツ　人参 小松菜　りんご　にんにく 胡瓜　とうもろこし	770	27.1

※地粉うどん、中華めんの製造工場においては、卵、そば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。