



令和元年度

1 1 月給食献立予定表（6校1園共通）

秩父市立北部共同調理場



★★当調理場では、6校（小学校：吉田、尾田蒔、大田／中学校：吉田、尾田蒔、大田）と1園（吉田幼稚園）分、合計約970食の給食を作っています★★

日	曜	主 食	ぎゅうにゅう 牛 乳	お か ず ※○数字は個数（幼小中）	血や肉、骨や歯に なる食品（あか）	熱や力のもとに なる食品（きいろ）	からだの調子を整える 食品（みどり）	I和* - kcal	ﾀﾊﾞｸ質 g
1	金	こどもパン	牛乳	ABC スープ 煮込みハンバーグ フレンチサラダ （フレンチドレッシング）	牛乳 ベーコン 鶏肉 豚肉	パン ジャが芋 マカロニ 砂糖	玉ねぎ 人参 りんご 小松菜 ほうれん草 キャベツ とうもろこし	490 607 793	18.6 23.1 29.4
5	火	ごはん	牛乳	里芋のきつね煮 チーズはんぺんフライ 磯香和え	牛乳 チーズ 鶏肉 はんぺん 卵 のり	ごはん 油揚げ 油 砂糖 パン粉 里芋	大根 こんにゃく もやし ほうれん草 人参	544 649 826	20.4 23.2 28.0
6	水	バターロール	牛乳	チリビーンズ ごぼうサラダ （胡麻ドレッシング） みかん	牛乳 大豆 金時豆 ひじき 豚肉	パン ジャが芋 油 胡麻	玉ねぎ 人参 トマト にんにく ごぼう れんこん みかん	542 650 845	19.3 23.0 28.7
7	木	ごはん	牛乳	中華丼の具 ポークシュウマイ①②③ 大豆もやしのナムル （ナムルドレッシング）	牛乳 イカ 豚肉 鶏肉 うずらの卵 エビ	ごはん 油 胡麻油 砂糖 小麦粉	キャベツ 玉ねぎ もやし 人参 ヤングコーン たけのこ きくらげ しょうが にんにく 小松菜	492 637 814	24.8 31.3 38.3
8	金	はちみつパン	牛乳	ブラウンシチュー オムレツ キャベツサラダ （コールスロードレッシング）	牛乳 豚肉 卵	パン ジャが芋 油 小麦粉 砂糖 バター	玉ねぎ 人参 しょうが マッシュルーム にんにく トマト キャベツ	535 634 802	22.0 25.6 31.1
11	月	地粉うどん	牛乳	きつねうどんの汁 味噌ポテト②③④ こまつなサラダ （和風ドレッシング）	牛乳 わかめ 油揚げ 鶏肉 かまぼこ 味噌 ツナフレーク	地粉うどん 砂糖 じゃが芋 小麦粉 油	ねぎ 人参 しいたけ ほうれん草 小松菜 キャベツ きゅうり	586 696 862	21.1 24.7 29.9
12	火	かてめし	牛乳	野菜の味噌汁 白身魚の竜田揚げ りんご	牛乳 味噌 鶏肉 油揚げ モウカ	ごはん 油 砂糖	ごぼう 人参 しいたけ こんにゃく 大根 えのき 小松菜 白菜 りんご	541 630 803	22.6 25.4 30.7
13	水	ごはん （太田産新米）	牛乳	納豆 肉じゃが たくあん和え	牛乳 納豆 豚肉	ごはん ジャが芋 油 砂糖 胡麻	玉ねぎ 人参 さやいんげん 白滝 たくあん もやし きゅうり	509 614 808	22.1 25.3 31.7
15	金	ライスボール	牛乳	おっきりこみ タコナゲット②②③ 秩父こんにゃくサラダ （青じそドレッシング）	牛乳 タコ 油揚げ 豚肉 イカ たちうお	パン ほうとう 油 砂糖 小麦粉	人参 ねぎ 白菜 大根 しめじ 小松菜 キャベツ 人参こんにゃく ほうれん草こんにゃく	522 631 787	23.7 27.6 34.0
18	月	わかめごはん	牛乳	シャージャン豆腐 チョレギサラダ （塩ドレッシング） ヨーグルト	牛乳 わかめ 厚揚げ 豚肉 のり ヨーグルト	ごはん 砂糖 油 胡麻油	ピーマン たけのこ 人参 しいたけ にんにく ねぎ しょうが キャベツ きゅうり	562 670 829	23.9 28.4 34.7
19	火	ごはん	牛乳	かき玉汁 サバのみぞれ煮 かみかみ金平	牛乳 卵 鶏肉 豆腐 サバ イカ 竹輪	ごはん 胡麻 砂糖 胡麻油	小松菜 玉ねぎ ごぼう しいたけ 大根 れんこん 人参 こんにゃく	558 657 875	26.4 29.9 38.2
20	水	こどもパン	牛乳	アヒアコ 白身魚のサルサソース お豆のサラダ （玉ねぎドレッシング） コーヒー牛乳プリン	牛乳 ホキ ベーコン ひよこ豆 豆乳	パン ジャが芋 油 パン粉 小麦粉 砂糖 オリーブ油	玉ねぎ 人参 ねぎ 枝豆 とうもろこし にんにく トマト キャベツ きゅうり	597 675 838	20.6 22.8 27.8
21	木	ごはん （産新米）	牛乳	じゃが芋の味噌汁 鶏肉の胡麻ダレかけ さっぱり和え	牛乳 わかめ 油揚げ 味噌 鶏肉	ごはん ジャが芋 油 砂糖 胡麻	玉ねぎ 人参 レモン さやいんげん ほうれん草 キャベツ とうもろこし	557 649 859	24.9 26.8 34.1
22	金	ツイストパン	牛乳	コーンポタージュ 煮込みウインナー 茹で野菜サラダ （フレンチドレッシング）	牛乳 ベーコン ウインナー スキムミルク	パン ジャが芋 油 小麦粉 バター	玉ねぎ 人参 パセリ とうもろこし りんご ほうれん草 キャベツ	526 665 852	19.9 23.4 29.1
25	月	中華麺	牛乳	豆乳担々麺の汁 彩の国肉まん 中華サラダ	牛乳 味噌 豚肉 豆乳	中華麺 胡麻 胡麻油 砂糖 小麦粉 パン粉	しゃくし菜 もやし ねぎ チンゲン菜 ザーサイ にんにく しょうが 玉ねぎ キャベツ しいたけ 小松菜	626 690 803	24.6 27.3 31.7
26	火	ごはん	牛乳	けんちん汁 味付豚かつ 胡麻和え	牛乳 豆腐 豚肉	ごはん 里芋 砂糖 胡麻油 パン粉 油 胡麻	大根 ごぼう 人参 ねぎ しいたけ こんにゃく ほうれん草 キャベツ	500 644 797	19.3 23.9 27.6
27	水	ごはん	牛乳	チキンカレー あわせゼリー（ぶどう） 福神漬け	牛乳 鶏肉 スキムミルク	ごはん ジャが芋 砂糖 油	玉ねぎ 人参 にんにく しょうが もも ぶどう パイン みかん レモン	556 685 893	18.8 22.3 27.7
28	木	ごはん （のりふりかけ）	牛乳	豆腐とわかめの味噌汁 イワシのねぎソース ゆかり和え	牛乳 豆腐 わかめ 味噌 イワシ のり 削り節	ごはん ジャが芋 油 砂糖	玉ねぎ 小松菜 ねぎ 人参 きゅうり キャベツ もやし しそ	537 631 821	21.7 24.3 29.9
29	金	こどもパン	牛乳	ミネストローネ 深谷メンチカツ 中濃ソース つぼみサラダ （ノンエッグマヨネーズ）	牛乳 ベーコン 豚肉 鶏肉	パン ジャが芋 米粉マカロニ 砂糖 パン粉 小麦粉	人参 玉ねぎ パセリ ねぎ キャベツ トマト しょうが ブロッコリー カリフラワー とうもろこし	526 630 809	18.0 21.3 26.5

◆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。

★地粉うどん、中華めんの製造工場では、卵、そばを含む製品を製造しています。

1 1 月は「ふるさと学校給食月間」です。

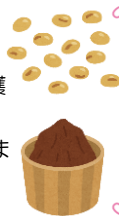
1 1 月は秩父の食材や埼玉県産の食材を使ったメニューや、秩父の郷土料理を沢山取り入れています。

また、秩父市太田産の新米のごはん（彩のきすな）の日もあります。食べものや食事を作ってくれている人に感謝し、味わって食べましょう。



吉田中学校では、秩父地方の在来種である大豆「借金なし」を栽培しています。「借金なし」は、借金が返せるほど沢山収穫できることからその名前がついたそうです。去年は、収穫した大豆で味噌を造りました。

1 1 月 2 1 日（木）には、この味噌を使用したじゃが芋の味噌汁を提供します。心を込めて作ってくれたので、味わって食べましょう。



< 1 1 月の秩父市産食材 > 太田産米・牛乳・じゃが芋・しめじ・しゃくし菜・こんにゃく



令和元年度

11月給食献立予定表（6校1園共通）

秩父市立北部共同調理場



★★当調理場では、6校（小学校：吉田、尾田蒔、大田／中学校：吉田、尾田蒔、大田）と1園（吉田幼稚園）分、合計約970食の給食を作っています★★

日	曜	主 食	ぎゅうにゅう 牛 乳	お か ず ※○数字は個数（幼小中）	血や肉、骨や歯に なる食品（あか）	熱や力のもとに なる食品（きいろ）	からだの調子を整える 食品（みどり）	I和* - kcal	ﾀﾊﾞｸ質 g
1	金	こどもパン	牛乳	ABC スープ 煮込みハンバーグ フレンチサラダ （フレンチドレッシング）	牛乳 ベーコン 鶏肉 豚肉	パン ジャガ芋 マカロニ 砂糖	玉ねぎ 人参 りんご 小松菜 ほうれん草 キャベツ とうもろこし	490 607 793	18.6 23.1 29.4
5	火	ごはん	牛乳	里芋のきつね煮 チーズはんぺんフライ 磯香和え	牛乳 チーズ 鶏肉 はんぺん 卵 のり	ごはん 油揚げ 油 砂糖 パン粉 里芋	大根 こんにゃく もやし ほうれん草 人参	544 649 826	20.4 23.2 28.0
6	水	バターロール	牛乳	チリビーンズ ごぼうサラダ （胡麻ドレッシング） みかん	牛乳 大豆 金時豆 ひじき 豚肉	パン ジャガ芋 油 胡麻	玉ねぎ 人参 トマト にんにく ごぼう れんこん みかん	542 650 845	19.3 23.0 28.7
7	木	ごはん	牛乳	中華丼の具 ポークシュウマイ①②③ 大豆もやしのナムル （ナムルドレッシング）	牛乳 イカ 豚肉 鶏肉 うずらの卵 エビ	ごはん 油 胡麻油 砂糖 小麦粉	キャベツ 玉ねぎ もやし 人参 ヤングコーン たけのこ きくらげ しょうが にんにく 小松菜	492 637 814	24.8 31.3 38.3
8	金	はちみつパン	牛乳	ブラウンシチュー オムレツ キャベツサラダ （コールスロードレッシング）	牛乳 豚肉 卵	パン ジャガ芋 油 小麦粉 砂糖 バター	玉ねぎ 人参 しょうが マッシュルーム にんにく トマト キャベツ	535 634 802	22.0 25.6 31.1
11	月	地粉うどん	牛乳	きつねうどんの汁 味噌ポテト②③④ こまつナサラダ （和風ドレッシング）	牛乳 わかめ 油揚げ 鶏肉 かまぼこ 味噌 ツナフレーク	地粉うどん 砂糖 ジャガ芋 小麦粉 油	ねぎ 人参 しいたけ ほうれん草 小松菜 キャベツ きゅうり	586 696 862	21.1 24.7 29.9
12	火	かてめし	牛乳	野菜の味噌汁 白身魚の竜田揚げ りんご	牛乳 味噌 鶏肉 油揚げ モウカ	ごはん 油 砂糖	ごぼう 人参 しいたけ こんにゃく 大根 えのき 小松菜 白菜 りんご	541 630 803	22.6 25.4 30.7
13	水	ごはん （太田産新米）	牛乳	納豆 肉じゃが たくあん和え	牛乳 納豆 豚肉	ごはん ジャガ芋 油 砂糖 胡麻	玉ねぎ 人参 さやいんげん 白滝 たくあん もやし きゅうり	509 614 808	22.1 25.3 31.7
15	金	ライスボール	牛乳	おっきりこみ タコナゲット②③④ 秩父こんにゃくサラダ （青じそドレッシング）	牛乳 タコ 油揚げ 豚肉 イカ たちうお	パン ほうとう 油 砂糖 小麦粉	人参 ねぎ 白菜 大根 しめじ 小松菜 キャベツ 人参こんにゃく ほうれん草こんにゃく	522 631 787	23.7 27.6 34.0
18	月	わかめごはん	牛乳	ジャージャン豆腐 チョレギサラダ （塩ドレッシング） ヨーグルト	牛乳 わかめ 厚揚げ 豚肉 のり ヨーグルト	ごはん 砂糖 油 胡麻油	ピーマン たけのこ 人参 しいたけ にんにく ねぎ しょうが キャベツ きゅうり	562 670 829	23.9 28.4 34.7
19	火	ごはん	牛乳	かき玉汁 サバのみぞれ煮 かみかみ金平	牛乳 卵 鶏肉 豆腐 サバ イカ 竹輪	ごはん 胡麻 砂糖 胡麻油	小松菜 玉ねぎ ごぼう しいたけ 大根 れんこん 人参 こんにゃく	558 657 875	26.4 29.9 38.2
20	水	こどもパン	牛乳	アヒアコ 白身魚のサルサソース お豆のサラダ （玉ねぎドレッシング） コーヒー牛乳プリン	牛乳 ホキ ベーコン ひよこ豆 豆乳	パン ジャガ芋 油 パン粉 小麦粉 砂糖 オリーブ油	玉ねぎ 人参 ねぎ 枝豆 とうもろこし にんにく トマト キャベツ きゅうり	597 675 838	20.6 22.8 27.8
21	木	ごはん （太田産新米）	牛乳	ジャガ芋の味噌汁 鶏肉の胡麻ダレかけ さっぱり和え	牛乳 わかめ 油揚げ 味噌 鶏肉	ごはん ジャガ芋 油 砂糖 胡麻	玉ねぎ 人参 レモン さやいんげん ほうれん草 キャベツ とうもろこし	557 649 859	24.9 26.8 34.1
22	金	ツイストパン	牛乳	コーンポタージュ 煮込みウインナー 茹で野菜サラダ （フレンチドレッシング）	牛乳 ベーコン ウインナー スキムミルク	パン ジャガ芋 油 小麦粉 バター	玉ねぎ 人参 パセリ とうもろこし りんご ほうれん草 キャベツ	526 665 852	19.9 23.4 29.1
25	月	中華麺	牛乳	豆乳担々麺の汁 彩の国肉まん 中華サラダ	牛乳 味噌 豚肉 豆乳	中華麺 胡麻 胡麻油 砂糖 小麦粉 パン粉	しゃくし菜 もやし ねぎ チンゲン菜 ザーサイ にんにく しょうが 玉ねぎ キャベツ しいたけ 小松菜	626 690 803	24.6 27.3 31.7
26	火	ごはん	牛乳	けんちん汁 味付豚かつ 胡麻和え	牛乳 豆腐 豚肉	ごはん 里芋 砂糖 胡麻油 パン粉 油 胡麻	大根 ごぼう 人参 ねぎ しいたけ こんにゃく ほうれん草 キャベツ	500 644 797	19.3 23.9 27.6
27	水	ごはん	牛乳	チキンカレー あわせゼリー（ぶどう） 福神漬け	牛乳 鶏肉 スキムミルク	ごはん ジャガ芋 砂糖 油	玉ねぎ 人参 にんにく しょうが もも ぶどう パイン みかん レモン	556 685 893	18.8 22.3 27.7
28	木	ごはん （のりふりかけ）	牛乳	豆腐とわかめの味噌汁 イワシのねぎソース ゆかり和え	牛乳 豆腐 わかめ 味噌 イワシ のり 削り節	ごはん ジャガ芋 油 砂糖	玉ねぎ 小松菜 ねぎ 人参 きゅうり キャベツ もやし しそ	537 631 821	21.7 24.3 29.9
29	金	こどもパン	牛乳	ミネストローネ 深谷メンチカツ 中濃ソース つぼみサラダ （ノンエッグマヨネーズ）	牛乳 ベーコン 豚肉 鶏肉	パン ジャガ芋 米粉マカロニ 砂糖 パン粉 小麦粉	人参 玉ねぎ パセリ ねぎ キャベツ トマト しょうが ブロッコリー カリフラワー とうもろこし	526 630 809	18.0 21.3 26.5

◆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。

★地粉うどん、中華めんの製造工場では、卵、そばを含む製品を製造しています。

11月は「ふるさと学校給食月間」です。

11月は秩父の食材や埼玉県産の食材を使ったメニューや、秩父の郷土料理を沢山取り入れています。

また、秩父市太田産の新米のごはん（彩のきすな）の日もあります。食べものや食事を作ってくれている人に感謝し、味わって食べましょう。



吉田中学校では、秩父地方の在来種である大豆「借金なし」を栽培しています。「借金なし」は、借金が返せるほど沢山収穫できることからその名前がついたそうです。去年は、収穫した大豆で味噌を造りました。

11月21日（木）には、この味噌を使用したジャガ芋の味噌汁を提供します。心を込めて作ってくれたので、味わって食べましょう。



<11月の秩父市産食材>太田産米・牛乳・ジャガ芋・しめじ・しゃくし菜・こんにゃく