

11月 予定献立表

高浜町教育委員会

		がついつか つなみぼうさい ひ 11月5日は「津波防災の日」 です。家族で防災について考 えるきっかけにしてください。			今月の地場産食材(福井県産) 米 麦 打ち豆 大豆 納豆 いわし さわら へしこ 福井サーモン にぼし 鶏肉 若狭牛 梅干し しいたけ じゃがいも ミディトマト 名田庄漬 らっきょう まいたけ 大根 さつまいも ねぎ にんにく いちご
3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	みんなで食べよう給食
文化の日	のり酢あえ しょうゆ チキンカツ ごはん じゃがいものみそ汁	麦コッペ 切干の ごまヨネーズあえ 救給カレー 白菜と肉団子の スープ煮 ごはん	永野さんの ミディトマト 豆乳 キャラメルいも ごはん 八宝菜	のり ふりかけ パスタサラダ まるごと いわしの塩焼き 麦ごはん とちゅう茶みそ汁	
10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	
芯入りブロッコリーの 梅おかかあえ 若狭牛コロッケ 麦ごはん 皮付きカブの根菜汁	かき 大根 サラダ れんこんピラフ 高野豆腐と 野菜のスープ ごはん	永野さんの ミディトマト 手作り へしこふりかけ ごはん 白菜と豆腐のみそ煮	一食 ケチャップ キャベツの ごま昆布 コロッケ風 ポテト ごはん トマトと卵の中華スープ	キャベツと ツナのサラダ 麦ごはん 米粉のさつまいもカレー	
17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	
名田庄漬け こまつナの 炒め物 麦ごはん 大根のそぼろ煮	キャベツの 梅ドレッシングあえ ふくいのかきあげ ごはん ほうとう風うどん汁	らっきょう タルタル さつまいも サラダ サーモンフライ 麦ごはん ココロ大根スープ	曲(は)ッピー 給食の日 永野さんの ミディトマト 切干の ソース炒め ごはん 厚揚げの中華煮	いちごクリーム 大福 パンパンジー サラダ キムチ チャーハン 中華風コーンスープ	
24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	
振替休日	秋たっぷり 給食の日 手作り 梅ふりかけ うららの ドレッシングあえ ごはん 肉じゃが	キャベツの ごまあえ 鶏肉の マーマレード焼き 打ち豆の 炊き込みごはん すまし汁	ごはん ビーンズ サラダ 若狭のビーフシチュー	納豆 もやしと小松菜の 中華サラダ さわらの パン粉焼き 麦ごはん いものこ汁	

※高浜町学校給食センターでは、X(旧Twitter)に毎日の給食写真や食物アレルギー対応食写真を投稿しています。

※給食に関するお問い合わせは、給食センターでも承っております。



QRコード

令和7年 11月献立材料表①

高浜町教育委員会

	献立名	赤	黄	緑	熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量
		おもに体をつくる食品	おもにエネルギーの もとになる食品	おもに体の調子を整える食品	
4 火	ごはん		米		783kcal 29.5g 24.9g 114.8g 3.2g
	しょうゆチキンカツ	鶏肉 大豆粉	パン粉 小麦粉 加工でん粉 米油 さとう		
	のり酢あえ	ツナフレーク のり	ごま さとう	小松菜 もやし	
	じゃがいものみそ汁	豆腐 みそ	じゃがいも	にんじん たまねぎ	
	牛乳	牛乳			
5 水	救給カレー		米 じゃがいも 植物油 粉あめ	コーン にんじん たまねぎ しめじ トマト にんにく	931kcal 23.4g 43.8g 113.8g 4.5g
	麦コッペ		小麦粉 黒糖 さとう 植物油脂		
	切干のごまマヨネーズあえ	チキンハム(乳卵なし)	ノンエッグマヨネーズ ごま さとう	切干大根 きゅうり キャベツ	
	白菜と肉団子のスープ煮	肉団子(乳卵なし)	春雨	白菜 にんじん もやし しいたけ	
	牛乳	牛乳			
6 木	ごはん		米		766kcal 27.4g 19.9g 127.8g 1.5g
	八宝菜	豚肉 うずら卵	米油 ごま油 さとう 片栗粉	しょうが 白菜 たまねぎ しいたけ たけのこ にんじん もやし	
	豆乳キャラメルいも	豆乳	さつまいも 米油 さとう マーガリン(乳なし)		
	永野さんのミディトマト			ミディトマト	
	牛乳	牛乳			
7 金	麦ごはん		米 麦		692kcal 27.1g 15.0g 116.6g 2.7g
	いわしの塩焼き	いわし			
	パスタサラダ	系かつお 塩こんぶ	マカロニ 米油 さとう	キャベツ きゅうり にんじん コーン	
	とちゅう茶みそ汁	みそ	ふ	小松菜 かぼちゃ たまねぎ えのき	
	のりふりかけ	かつおぶし のり	さとう コーンスターチ		
10 月	牛乳	牛乳			713kcal 25.0g 19.7g 115.0g 1.7g
	麦ごはん		米 麦		
	若狭牛コロッケ	若狭牛	じゃがいも 小麦粉 パン粉 米油	たまねぎ	
	芯入りブロッコリーの梅おかかあえ	系かつお	さとう	ブロッコリー キャベツ 梅肉	
	皮付きカブの根菜汁	鶏肉 豆腐 みそ		かぶ にんじん れんこん ねぎ	
11 火	牛乳	牛乳			697kcal 26.0g 23.9g 101.0g 3.5g
	れんこんピラフ	豚肉 大豆	米 米油	れんこん しいたけ にんじん	
	大根サラダ	チキンハム(乳卵なし)	ノンエッグマヨネーズ ごま	大根 水菜	
	高野豆腐と野菜のスープ	ベーコン(乳卵なし) 高野豆腐	米油	キャベツ たまねぎ にんじん しょうが	
	かき			かき	
12 水	牛乳	牛乳			667kcal 30.1g 18.3g 101.6g 2.1g
	麦ごはん		米 麦		
	白菜と豆腐のみそ煮	豚肉 うずら卵 豆腐 みそ		白菜 にんじん ねぎ しょうが	
	手作りへしこふりかけ	へしこ 塩昆布 かつお節 青のり	ごま さとう		
	永野さんのミディトマト			ミディトマト	
13 木	牛乳	牛乳			691kcal 24.7g 19.4g 112.4g 2.4g
	ごはん		米		
	コロッケ風ポテト(一食ケチャップ)	豚ひき肉	じゃがいも パン粉 米油 オリーブ油 (さとう)	たまねぎ パセリ (トマト たまねぎ)	
	キャベツのごま昆布	塩こんぶ	ごま	キャベツ	
	トマトと卵の中華スープ	卵 豆腐	片栗粉	トマト たまねぎ 小松菜 しいたけ	
14 金	牛乳	牛乳			794kcal 28.4g 20.1g 131.5g 2.8g
	米粉のさつまいもポークカレー				
	麦ごはん		米 麦		
	カレールウ	豚肉 豆乳	さつまいも マーガリン(乳なし) 米粉	にんじん たまねぎ しょうが にんにく リンゴ ビューレ トマト ビューレ	
	キャベツとツナのサラダ	ツナフレーク	米油 さとう	キャベツ 小松菜 コーン	
17 月	牛乳	牛乳			652kcal 24.7g 16.9g 106.8g 2.1g
	麦ごはん		米 麦		
	大根のそぼろ煮	鶏ひき肉 厚揚げ	米油 さといも さとう 片栗粉	大根 にんじん しょうが	
	こまつナの炒め物	ツナフレーク	米油	小松菜 キャベツ	
	名田庄漬け			きゅうり なす しょうが	
18 火	牛乳	牛乳			801kcal 36.2g 26.1g 112.8g 2.8g
	ごはん		米		
	ふくいのかきあげ		さつまいも 植物油 小麦粉	たまねぎ にんじん らっきょ まいたけ	
	キャベツの梅ドレッシングあえ	チキンハム(乳卵なし)	米油 さとう	キャベツ きゅうり 梅肉	
	ほうとう風うどん汁	米粉かまぼこ 油揚げ みそ	お米うどん	かぼちゃ にんじん 大根 ほうれん草 しいたけ	
	牛乳	牛乳			

令和7年 11月献立材料表②

高浜町教育委員会

	献立名	赤	黄	緑	熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量
		おもに体をつくる食品	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体の調子を整える食品	
19 水	麦ごはん		米 麦		773kcal 24.7g 22.3g 122.5g 2.9g
	サーモンフライ	福井サーモン	小麦粉 片栗粉 こめ油		
	らっきょタルタル (代替:一食ケチャップ)	卵黄	植物油 さとう	らっきょう	
	さつまいもサラダ	チキンハム(乳卵なし)	さとう	トマト たまねぎ	
	コロコロ大根スープ	チキンハム(乳卵なし)	さつまいも ノンエッグマヨネーズ	キャベツ	
	牛乳	牛乳		大根 にんじん キャベツ パセリ	
20 木	ごはん		米		710kcal 28.4g 19.0g 114.7g 1.9g
	厚揚げの中華煮	厚揚げ 豚肉	じゃがいも 米油 ごま油 さとう 片栗粉	たまねぎ にんじん キャベツ 小松菜 しいたけ	
	切干大根のソース炒め	ウインナー(乳卵なし) 青のり 系かつお	米油	もやし 切干大根 にんじん	
	永野さんのミディトマト			ミディトマト	
	牛乳				
21 金	キムチチャーハン	豚肉	米 麦 ごま油 米油 ごま	白菜キムチ にら にんじん	774kcal 31.5g 25.7g 110.8g 3.5g
	バンバンジーサラダ	鶏肉 みそ	さとう ごま油 ごま	キャベツ きゅうり	
	中華風コンスープ	ベーコン(乳卵なし) 卵	片栗粉	コーン たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ	
	いちごクリーム大福		もち粉 さとう 植物油 豆乳クリーム でんぷん	いちご レモン果汁	
	牛乳	牛乳			
25 火	ごはん		米		840kcal 31.3g 18.5g 163.6g 2.4g
	肉じゃが	牛肉	米油 じゃがいも こんにゃく さとう	たまねぎ にんじん	
	うらのドレッシングあえ	チキンハム(乳卵なし)		きゅうり キャベツ コーン 木田ちそ 梅 らっきょう	
	手作り梅ふりかけ	塩こんぶ 系かつお のり	ごま さとう	梅肉	
	牛乳	牛乳			
26 水	打ち豆の炊き込みごはん	打ち豆 油揚げ	米		762kcal 36.6g 25.8g 100.2g 3.4g
	鶏肉のマーマレード焼き	鶏肉		マーマレード しょうが にんにく	
	キャベツのごまあえ		さとう ごま	キャベツ もやし にんじん	
	すまし汁	豆腐	ふ	にんじん えのき ねぎ	
	牛乳	牛乳			
27 木	ごはん		米		768kcal 28.8g 21.5g 124.5g 2.3g
	若狭のビーフシチュー	若狭牛 赤みそ	じゃがいも マーガリン(乳なし) こめ油 さとう 米粉	にんじん たまねぎ セロリ にんにく	
	ビーンズサラダ	大豆 チキンハム(乳卵なし)	米油 さとう	キャベツ きゅうり	
	牛乳	牛乳			
28 金	麦ごはん		米 麦		838kcal 37.8g 28.6g 121.5g 2.2g
	さわらのパン粉焼き	さわら	ノンエッグマヨネーズ パン粉 オリーブ油	パセリ	
	もやしと小松菜の中華サラダ		さとう ごま油	もやし 小松菜 コーン	
	いものこ汁	厚揚げ みそ	さといも こんにゃく	にんじん ねぎ	
	納豆	納豆			
	牛乳	牛乳			