



11月分 学校給食こんだて表



小豆島町立学校給食センター

2025/11/1

オーリーが注目している料理にクッキングオーリーがついています！

※都合により献立は変更することがあります。



教育文化祭

星城小
4年なし

苗羽小
5年なし

星城小
なし

池田小
6年なし

星城小
3年なし

人権集会



幼稚園
弁当日

日 曜	献立名	材料名						調味料	1献立 - kcal	
		おもに体をつくる食品		おもに体の調子を整える食品		おもにエネルギーのもとになる食品				
		1群	2群	3群	4群	5群	6群			
		魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂		小学校	中学校
4 火	ごはん・牛乳		牛乳			米			674	833
	厚揚げと春雨のピリ辛炒め	ぶたにく あつあげ		にら	根深ねぎ にんにく しょうが	はるさめ さとう	なたね油 ごま油	トウバンジャン ブイオン しょうゆ		
	元気サラダ	ハム 糸かつお	こんぶ	にんじん	キャベツ きゅうり コーン	さとう	オリーブ油	酢 塩 こしょう しょうゆ		
5 水	ごはん・牛乳		牛乳			米			618	751
	豚肉と大根のうま煮	ぶたにく		にんじん	だいこん たまねぎ しめじ	こんにゃく さとう	なたね油	みりん しょうゆ 酒 だしの素		
	こまつなとキャベツのコーンあえ			こまつな にんじん	キャベツ コーン	さとう		しょうゆ		
	野菜とくだものゼリー					★野菜とくだもの ゼリー				
6 木	ごはん・牛乳		牛乳			米			635	777
	さけのみそマヨネーズ焼き	さけ みそ			たまねぎ		★ノンエッグ マヨネーズ	塩 こしょう ワイン		
	海藻サラダ		海藻ミックス	にんじん	コーン キャベツ きゅうり	さとう	ごま油	酢 しょうゆ		
	五目スープ	とうふ ベーコン		チンゲンサイ にんじん	しめじ			がらスープ 酒 しょうゆ こしょう ブイオン		
7 金	焼肉丼（麦ごはん）・牛乳	ぎゅうにく ぶたにく みそ	牛乳	にんじん	にんにく たまねぎ 根深ねぎ しょうが	米 おおむぎ さとう	ごま油	酒 しょうゆ みりん	659	805
	わかめとハムのスープ	ハム	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ しいたけ			がらスープ ブイオン しょうゆ 塩		
	ぶどうゼリー					★ぶどうゼリー				
10 月	ごはん・牛乳		牛乳			米			632	782
	みそ煮込みおでん	ぎゅうにく うすらたまご あつあげ みそ	こんぶ	にんじん	だいこん	こんにゃく さとう		しょうゆ 酒		
	キャベツのごますあえ			こまつな にんじん	キャベツ	さとう	ごま油 ごま	酢 しょうゆ		
11 火	ごはん・牛乳		牛乳			米			640	788
	鶏肉と栗のあまからに	とりにく				でんぶん さとう	大豆油 くり ごま	酒 しょうゆ		
	キャベツと昆布のあえもの		塩こんぶ	ほうれん草	キャベツ		ごま油 すりごま			
	豆腐のみそ汁	とうふ みそ	（煮干し）	にんじん ねぎ	えのきだけ たまねぎ					
12 水	麦ごはん・牛乳		牛乳			米 おおむぎ			623	765
	牛肉と大豆の仲良し煮	ぎゅうにく だいず		にんじん さやいんげん	ごぼう	つきこんにゃく さとう	なたね油	しょうゆ だしの素 みりん		
	小松菜のごまドレッシングあえ	ハム		こまつな	もやし	さとう	すりごま ごま油	しょうゆ 酢		
	のりつくだに		のり佃煮							
13 木	カレーピラフ・牛乳	ぶたにく ぎゅうにく	牛乳	にんじん ピーマン	たまねぎ エリンギ	米	オリーブ油	カレー粉 塩 こしょう ブイオン ケチャップ	627	775
	肉だんごとオリーブのスープ煮	ミートボール			はくさい 根深ねぎ しめじ オリーブ			がらスープ こしょう 酒 しょうゆ ブイオン 塩		
	ブロッコリーのこんぶあえ		塩こんぶ	ブロッコリー にんじん	キャベツ		すりごま ごま油			
14 金	ごはん・牛乳		牛乳			米			670	813
	すきやき	ぎゅうにく やきとうふ		にんじん	はくさい たまねぎ だいこん 根深ねぎ	こんにゃく ふ さとう	なたね油	しょうゆ 酒		
	もやしのおひたし	糸かつお		ブロッコリー にんじん	もやし			しょうゆ		
	元気ヨーグルト		ヨーグルト							

野菜を
食べよう
週間

苗羽小
なし

池田小
なし

中なし

保育所
弁当日

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

中なし

日 曜	献立名	材料名						調味料	1献立 kcal	
		おもに体をつくる食品		おもに体の調子を整える食品		おもにエネルギーのもとになる食品			小学校	中学校
		1群	2群	3群	4群	5群	6群			
		魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂			
17 月	ごはん・牛乳		牛乳			米			618	747
	鶏肉のしょうが焼き	とりにく			しょうが		しょうゆ 酒 みりん			
	小松菜のおかかあえ	糸かつお		こまつな にんじん	キャベツ		しょうゆ			
	かぼちゃのみそ汁	みそ	わかめ (煮干し)	かぼちゃ にんじん ねぎ	たまねぎ					
18 火	小型揚げパン・牛乳		牛乳			ドッグパン さとう	大豆油		593	706
	わかめうどん	ぶたにく 油あげ	わかめ (煮干し)	にんじん ねぎ	たまねぎ	うどん		しょうゆ		
	白菜のツナごまあえ	まぐろ かつおぶし		こまつな にんじん	はくさい	さとう	ごま ごま油	ボン酢 しょうゆ だしの素		
	キウイ (香粹)				キウイ					
19 水	いりごはん・牛乳	油あげ	かえり 牛乳	にんじん	ごぼう	米 つきこんにゃく	なたね油	みりん しょうゆ だしの素	634	765
	もやしときゅうりの和え物				もやし きゅうり	はるさめ さとう	ごま油	酢 しょうゆ からし		
	豚汁	ぶたにく みそ	(煮干し)	にんじん ねぎ	だいこん	さつまいも つきこんにゃく				
	ベストプリン					★ベストプリン				
20 木	ごはん・牛乳		牛乳			米			632	792
	さばのみぞれ煮	さばのみぞれ煮								
	ほうれん草のおひたし	糸かつお		ほうれん草	キャベツ			しょうゆ		
	ふし汁	油あげ	わかめ (こんぶ・煮干し)	ねぎ	たまねぎ	ふし		しょうゆ		
21 金	ごはん・牛乳		牛乳			米			644	796
	ガルバンゾーでがんばるぞシチュー	ひよこまめ とりにく	牛乳	にんじん	たまねぎ	じゃがいも	なたね油	こしょう 塩 カレールウ ブイオン		
	小松菜ともやしのソテー	ベーコン		こまつな	もやし		オリーブ油	塩 こしょう		
	りんご				りんご					
25 火	キムチごはん・牛乳	ぶたにく	牛乳	にんじん	しょうが はくさいキムチ	米 さとう	ごま油	しょうゆ ブイオン	679	810
	キャベツとコーンのサラダ				キャベツ きゅうり コーン	さとう	オリーブ油	しょうゆ 酢		
	ウインナーと野菜のスープ	ウインナー		にんじん	たまねぎ はくさい	じゃがいも		ブイオン がらスープ しょうゆ こしょう		
	さつまいもと栗のタルト					★さつまいもと 栗のタルト				
26 水	麦ごはん・牛乳		牛乳			米 おおむぎ			640	787
	高野豆腐の煮物	こうやどうふ とりにく		にんじん さやいんげん	たまねぎ しいたけ	さとう		しょうゆ だしの素		
	ほうれん草のごまドレッシングあえ	ハム		ほうれん草	キャベツ	さとう	ごま油 すりごま	しょうゆ 酢		
	はまちの骨そぼろ		★はまちの骨そぼろ							
27 木	ナン・牛乳		牛乳			★ナン			634	777
	チキンカレールウ	とりにく		にんじん	たまねぎ しょうが にんにく	じゃがいも	なたね油	カレールウ カレー粉 こしょう ブイオン ソース		
	ファイバーサラダ	まぐろ			キャベツ きゅうり ごぼう		オリーブ油 ごま	酢 こしょう しょうゆ		
	いちごクレープ					★いちご クレープ				
28 金	なかやまただしんまい 中山棚田新米ごはん・牛乳		牛乳			中山の米			688	828
	さわらのオリーブハーブ焼き	さわら					オリーブ油	ハーブソルト		
	オリーブ入りカラフルサラダ			ブロッコリー にんじん	キャベツ きゅうり オリーブ	さとう	オリーブ油	酢 塩 こしょう		
	ふし入りミネストローネ	ベーコン		にんじん トマトピューレー	たまねぎ キャベツ	ふし じゃがいも	オリーブ油	ケチャップ ブイオン 塩 こしょう		
	みかん				みかん					

★は加工食品 (だし用)

※小豆島産食材を使用している食材名は太字にしています。

11月28日(金)「小豆島の魅力いっぱい給食」

この日は、小豆島町農林水産課から、中山地区の棚田でとれたおいしい新米を無償提供していただきます！

さらに、小豆島産のさわら、オリーブ、みかんなど小豆島のおいしい食材をたっぷり使う給食です。お楽しみに！

