11月 献立予定表

2026．11　新発田市学校給食北共同調理場

	月	火	水	木	金
献立	**2** 牛乳 はなやさい サラダ セルフ ソイ丼の具 マカロニ スープ ごはん	**3**	**4** 牛乳 ひじきと れんこんの いために えびカツ ごはん あおなとさといも のみそ汁	**5** 牛乳 アーモンド フレンチサラダ ハンバーグ てりやきソース よこわり まるパン ミネストローネ	**6** 牛乳 こんぶあえ とりにくの やくみソースがけ ごはん ゆばの かきたま汁
赤	ぶたにく だいず ウィンナー ぎゅうにゅう		えび スケソーダラ とりにく ひじき **あつあげ** だいず みそ ぎゅうにゅう	だっしふんにゅう とりにく ぶたにく ベーコン あさり だいず ぎゅうにゅう	とりにく こんぶ ゆば たまご ぎゅうにゅう
黄	**こめ** あぶら さとう オリーブオイル じゃがいも マカロニ カレールウ		**こめ** あぶら パンこ でんぷん こむぎこ **さといも** さとう	こむぎこ さとう あぶら でんぷん アーモンド じゃがいも	**こめ** でんぷん あぶら さとう ごまあぶら
緑	にんじん たまねぎ さやいんげん カリフラワー ブロッコリー とうもろこし パセリ		たまねぎ ごぼう にんじん れんこん こんにゃく しめじ こまつな	たまねぎ キャベツ **きゅうり** とうもろこし にんにく セロリ にんじん トマト パセリ	**ながねぎ** しょうが もやし にんじん こまつな えのきたけ はくさい
エネルギー	618 kcal　761 kcal		595 kcal　728 kcal	630 kcal　761 kcal	627 kcal　764 kcal
献立	**9** 牛乳 ミルメークコーヒー こまつなナムル ホキたつたあげ ごはん たまご コーンスープ	**10** 東豊小6年3組なし 牛乳 きらずいり さばてりやき ごはん わかめと あさりの みそ汁	**11** 牛乳 ラ フランスゼリー ごまちゅうか サラダ マーボー丼の具 （ごはん）	**12** 東豊小6年2組なし 牛乳 やきいも ブロッコリーの ツナサラダ ソフトめん こんさいの ミートソース	**13** キラッと新潟米☆地場もん献立 東豊小6年1組なし 牛乳 のりずあえ しばたの アスパラメンチ ごはん しばたの めぐみ汁
赤	ホキ ベーコン **とうふ** たまご ぎゅうにゅう	さば とりにく とうにゅう みそ **おから** あさり あぶらあげ だいず わかめ ぎゅうにゅう	ぶたにく だいず **とうふ** みそ わかめ ぎゅうにゅう	ツナ ぶたにく だいず みそ ぎゅうにゅう	ぶたにく ツナ のり **あつあげ あやめみそ** ぎゅうにゅう
黄	**こめ** でんぷん あぶら さとう ごま あぶら じゃがいも	**こめ** さとう あぶら じゃがいも	**こめ** ごまあぶら さとう でんぷん ごま	こむぎこ さとう オリーブオイル あぶら ハヤシルウ さつまいも	**こめ** こめパンこ でんぷん コーンスターチ さとう あぶら **さつまいも**
緑	もやし こまつな にんじん たまねぎ えのきたけ メンマ とうもろこし **ながねぎ**	**ながねぎ** しいたけ ごぼう にんじん こんにゃく だいこん	しょうが にんにく にんじん メンマ しいたけ チンゲンサイ **ながねぎ** きゅうり キャベツ ラフランス	ブロッコリー キャベツ とうもろこし レモン しょうが にんにく たまねぎ にんじん れんこん ごぼう マッシュルーム トマト	たまねぎ **アスパラガス** しょうが にんにく こまつな もやし **にんじん** だいこん はくさい えのきたけ **ながねぎ**
エネルギー	598 kcal　712 kcal	604 kcal　737 kcal	609 kcal　740 kcal	662 kcal　797 kcal	618 kcal　753 kcal
献立	**16** 牛乳 チーズ すがたにりんごの フルーツポンチ チキンカレー （ごはん）	**17** 牛乳 のりふりかけ ごまあえ にくだんご 2こ ごはん さつまとん汁	**18** 食育の日献立 外ヶ輪小6年1組なし アルビ牛乳 りんご おかか きりざい あつやき たまご ごはん あきの こにもん	**19** 外ヶ輪小6年2組なし 牛乳 フルーツ サラダ チリドッグ 小2本　中1本 せわり コッペパン さつまいものとうにゅう クリームスープ	**20** 牛乳 コーンいり おひたし ししゃも いそべフライ 2本 ごはん すきやき ふうに
赤	とりにく だいず チーズ ぎゅうにゅう	とりにく ぶたにく **とうふ** みそ のり かつおぶし ぎゅうにゅう	たまご なっとう かつおぶし とりにく **あつあげ** ぎょにく ぎゅうにゅう	だっしふんにゅう ぶたにく ベーコン しろいんげんまめ とうにゅう ぎゅうにゅう	ししゃも あおのり ぶたにく **やきどうふ** ぎゅうにゅう
黄	**こめ** あぶら じゃがいも さとう カレールウ	**こめ** さとう あぶら ごま **さつまいも** とうもろこしでんぷん	**こめ** さとう こむぎでんぷん あぶら さといも でんぷん	こむぎこ さとう あぶら オリーブオイル **さつまいも** こめこ	**こめ** こむぎこ コーンスターチ あぶら さとう
緑	にんにく しょうが たまねぎ にんじん **すがたにりんご** レモン なつみかん パイン ぶどう	たまねぎ にんにく しょうが こまつな もやし にんじん れんこん だいこん こんにゃく **ながねぎ**	たくあん のざわな こまつな にんじん しいたけ ごぼう たけのこ れんこん こんにゃく りんご	しょうが にんにく たまねぎ なつみかん パイン キャベツ きゅうり にんじん しめじ とうもろこし ブロッコリー	こまつな もやし とうもろこし **はくさい** にんじん こんにゃく **えのきたけ ながねぎ**
エネルギー	678 kcal　832 kcal	609 kcal　728 kcal	598 kcal　727 kcal	633 kcal　779 kcal	619 kcal　722 kcal
献立	**23**	**24** 豊浦小リクエストメニュー 牛乳 みかんクレープ はるさめ サラダ あげこめこ ぎょうざ 2こ わかめごはん ワンタン スープ	**25** 牛乳 みかん れんこん サラダ とうふの チリソース丼 （ごはん）	**26** 牛乳 きりぼしだいこん のちゅうかサラダ はるまき ゆで ちゅうかめん みそ ラーメン スープ	**27** 牛乳 ひじき ナッツサラダ さばのみそに ごはん しおちゃんこ汁
赤		わかめ ぶたにく とうにゅう だいず ぎゅうにゅう	とりにく **とうふ** ツナ ぎゅうにゅう	ぶたにく だいず なると みそ ぎゅうにゅう	さば みそ ひじき なると とりにく ぎゅうにゅう
黄		**こめ** でんぷん さとう こめこ あぶら はるさめ ごまあぶら こむぎこ	**こめ** あぶら でんぷん ごまあぶら さとう ノンエッグマヨネーズ	こむぎこ はるさめ でんぷん さとう こめこ あぶら ごまあぶら	**こめ** さとう でんぷん アーモンド ごまあぶら
緑		キャベツ にら しょうが きゅうり にんじん メンマ しいたけ もやし こまつな **ながねぎ** みかん レモン	しょうが にんにく **ながねぎ** たけのこ にんじん たまねぎ きくらげ チンゲンサイ れんこん キャベツ とうもろこし みかん	にんじん たまねぎ **キャベツ** しょうが しいたけ きりぼしだいこん もやし きゅうり にんにく メンマ とうもろこし **ながねぎ**	**キャベツ** きゅうり とうもろこし にんじん **だいこん** しいたけ **えのきたけ はくさい ながねぎ** たまねぎ
エネルギー		679 kcal　792 kcal	644 kcal　791 kcal	684 kcal　842 kcal	644 kcal　825 kcal
献立	**30** 牛乳 カレーもやし さんまフライ ソースかけ ごはん にくじゃが	日付　学校の給食予定			
赤	さんま ぶたにく ぎゅうにゅう	**体をつくる食品**			
黄	**こめ** こむぎこ でんぷん あぶら さとう じゃがいも	**熱や力になる食品**			
緑	しょうが もやし にんじん こまつな たまねぎ こんにゃく さやいんげん	**体の調子を整える食品**			
エネルギー	677 kcal　827 kcal				

11月13日は、キラッと新潟米☆地場もん献立

新潟県産のお米を、新発田のおいしい地場産物とともに味わう献立です。詳しくは、裏面の給食だよりをご覧ください。

＊ **太字**になっている食材は地場産物です。

＊ 献立は都合により、変更となる場合がありますので御了承ください。

＜11月の地場産物＞米・とうふ・やきどうふ・厚揚げ・きゅうり・長ねぎ・アスパラガス・えのきたけ・さといも・さつまいも・大根・白菜・キャベツ・にんじん・菅谷りんご・あやめみそ