



# 令和7年11月分献立予定表



今年度は町で1食小学生50円、  
中学生60円を負担して子育て世  
帯を応援します。

毎月10日は「食育の日～おうちごはんの日」

武豊町学校給食センター

日付	曜日	こ ん だ て め い	体をつくるものになる食品		体の調子をととのえるものになる食品		エネルギーのものになる食品		小	中
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
			魚・肉・卵・豆・豆製品	乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実		
4	火	むぎごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		674	816
		てりやきハンバーグ	牛肉 豚肉 鶏肉			玉ねぎ	パン粉 砂糖 でんぶん	油		
		きりぼしだいこんのあまずあえ	ツナ			切り干し大根 キャベツ とうもろこし	砂糖	ごま油	27.5	31.5
		さわにわん	豚肉 豆腐 油揚げ		にんじん ねぎ	ねぎ 玉ねぎ 干し椎茸				
5	水	ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん		653	810
		マーボーソース	豆腐 豚肉 大豆 みそ		ねぎ にんじん	ねぎ 玉ねぎ 生姜	砂糖 でんぶん			
		バンバンジーサラダ	鶏肉			キャベツ きゅうり		油 ドレッシング	28.7	35.1
		みかん				みかん				
6	木	むぎごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		643	806
		あいちのこんさいコロッケ			にんじん	れんこん 切り干し大根 ごぼう	米粉 じゃがいも	油		
		ちくぜんに	鶏肉 ちくわ		にんじん	ごぼう れんこん たけのこ こんにゃく 干し椎茸	砂糖	油 ごま油	23.7	28.6
		ちくさあえ	ツナ		小松菜 にんじん	もやし	砂糖			
7	金	きなこあげパン 牛乳	きな粉	牛乳			パン 砂糖	油	658	802
		ミートソースペンネ	豚肉		にんじん トマト	玉ねぎ エリンギ	ペンネ 砂糖			
		ポテトサラダ	ツナ			きゅうり	じゃがいも 砂糖	ノンエッグマヨネーズ	24.8	29.2
10	月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		640	822
		レバーいりつくね(小2こ中3こ)	鶏肉			玉ねぎ	でんぶん 砂糖			
		おかかあえ	ツナ かつお節		小松菜 にんじん	もやし	砂糖			
		ぶたじる	豚肉 豆腐 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	ねぎ ごぼう 大根	里いも		26.2	32.7
		ココアぎゅうにゅうのもと					砂糖			
11	火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		643	807
		はるまき	豚肉		にんじん にら	キャベツ もやし エリンギ	小麦粉	油		
		はるさめのちゅうかあえ	ツナ			きゅうり とうもろこし	春雨 砂糖	ごま油	24.0	28.6
		キムチスープ	豚肉 豆腐		にんじん にら	玉ねぎ はくさい	砂糖			
12	水	サンドイッチロールパン 牛乳		牛乳			パン		650	820
		ソーセージのケチャップソースかけ(2本)	ソーセージ				砂糖 でんぶん	油		
		コーンスープ	ベーコン	牛乳	にんじん	玉ねぎ エリンギ とうもろこし			27.7	34.3
		ミックスサラダ	ツナ		にんじん	キャベツ きゅうり		ドレッシング		
13	木	むぎごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		635	804
		さばのしおやき	さば					油		
		ひじきのごしきに	豚肉	ひじき	にんじん	とうもろこし 枝豆	砂糖	油	24.8	29.7
		けんちんじる	豆腐 油揚げ		にんじん ねぎ	ねぎ 大根 ごぼう 干し椎茸	里いも でんぶん			
14	金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		649	829
		やきぎょうざ(小2こ中3こ)	豚肉 鶏肉		にら	キャベツ 玉ねぎ 生姜	小麦粉	油		
		ぶたにくとキャベツのみそいため	豚肉 みそ			キャベツ 生姜	砂糖 でんぶん	油		
		はっぼうたん	鶏肉 いか えび		にんじん ねぎ	ねぎ 玉ねぎ はくさい たけのこ	でんぶん		28.7	35.7
		ラフランスゼリー				洋なし	砂糖			
17	月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		685	861
		さけとあおなごはんのぐ	さけ		広島菜 京菜 大根菜					
		さつまいもコロッケ					さつまいも パン粉 小麦粉	油	25.4	30.4
18	火	なまあげのもの	豚肉 生揚げ さつま揚げ		にんじん	玉ねぎ たけのこ 干し椎茸 生姜	砂糖 でんぶん	油		
		むぎごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		637	795
		カレー	豚肉		にんじん	玉ねぎ エリンギ にんにく りんご	じゃがいも	油		
		ツナサラダ	ツナ			きゅうり キャベツ		ドレッシング	22.6	27.0
		りんご				りんご				

ごはんにまぜて  
食べましょう



# 令和7年11月分献立予定表



今年度は町で1食小学生50円、中学生60円を負担して子育て世帯を応援します。

毎月10日は「食育の日～おうちごはんの日」

武豊町学校給食センター

日付	曜日	こ ん だ て め い	体をつくるものになる食品		体の調子をととのえるものになる食品		エネルギーのもとになる食品		小 中	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	エネルギー(kcal)	
			魚・肉・卵・豆・豆製品	乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実	たんぱく質(g)	
19	水	愛知を食べる学校給食の日								
		しらたまうどん 牛乳		牛乳			うどん		656	753
		みそにこみうどんのしる	鶏肉 油揚げ うずら卵 みそ		にんじん ねぎ	ねぎ はくさい 干し椎茸	砂糖			
		ちくわのいそべあげ (小1～3年1本、小4年～2本)	ちくわ	青のり			小麦粉	油	29.5	34.3
		れんこんとごぼうのごまサラダ	ツナ			ごぼう れんこん キャベツ		ごま ごまドレッシング		
20	木	わかめごはん 牛乳		牛乳 わかめ			ごはん		636	805
		ぶたにくのしょうがやき	豚肉			玉ねぎ 生姜	砂糖 でんぶん	油		
		ツナとさつまいものあえもの	ツナ				さつまいも 砂糖		25.0	30.4
		ごじる	大豆 豆乳 豆腐 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	ねぎ ごぼう 大根				
		和食の日献立								
21	金	むぎごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		639	812
		まぐろのアーモンドがらめ	まぐろ				砂糖 でんぶん	油 アーモンド		
		きんぴらごぼう	豚肉 さつま揚げ		にんじん	ごぼう 枝豆	砂糖	油	30.0	36.5
		さつまじる	鶏肉 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	ねぎ えのきたけ 大根	さつまいも			
		あいちのこめこパン 牛乳		牛乳			パン		665	835
26	水	ハムステーキ	ハム					油		
		ポークビーンズ	豚肉 大豆		にんじん トマト	玉ねぎ	じゃがいも 砂糖	油	29.4	36.4
		フルーツのみかんゼリーあえ				もも パイナップル みかん	砂糖			
		むぎごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		646	799
		なっとう	納豆							
27	木	キャベツのツナあえ	ツナ		にんじん	キャベツ	砂糖		28.5	33.0
		にくじゃが	豚肉 さつま揚げ		にんじん	玉ねぎ こんにゃく	じゃがいも 砂糖	油		
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		648	802
		さけぎんがみまき	さけ			大根	砂糖			
		ひきずり	鶏肉 かまぼこ 焼き豆腐		にんじん ねぎ	ねぎ はくさい えのきたけ こんにゃく	砂糖	油	31.6	36.6
28	金	れんこんチップス				れんこん		油		

※物資の都合により、献立を変更する場合があります。 ※加工食品の食材は、主な原料を表記しています。

給食予定回数 18回

## 給食だより

## 日本人の伝統的な食文化「和食」に親しもう

11月24日は和食の日です。近年、食生活の変化により、地域に伝わる郷土料理や行事食などの伝統的な食文化が失われつつあります。そのような背景から、2013年に「和食；日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産へ登録されました。これは料理としての和食だけでなく、「自然の尊重」という日本人の精神を体現した食に関する「社会的慣習」のことで、右の4つがその特徴として挙げられています。



## 「和食」に欠かせないもの

## 日本の食文化を大切にするために、心がけたいこと



ご飯として食べるほか、団子や餅にしたり、発酵させて調味料にしたりと、形を変えて用いられます。



昆布やかつお節、煮干し、干ししいたけなどの食材から「うま味」を引き出したもので、和食の味の基本です。「うま味」は日本人が発見した日本独自の味覚で、海外でも「UMAMI」と呼ばれます。



微生物の力を利用して、独特な風味やうま味を作り出した発酵調味料の数々も、和食には欠かせません。

食器を正しく並べましょう



「いただきます」「ごちそうさま」を心を込めて言いましょう



お箸を正しく使いましょう



地域に伝わる郷土料理や行事食を味わってみましょう



### 食事を支える人たち



### 11月に使う地元産の食材

〈武豊町〉  
みそ キャベツ さつまいも  
〈知多半島〉  
小松菜 きゅうり  
〈愛知県〉  
米 牛乳 豚肉 うずら卵 大根  
里芋 白菜 納豆

※現在新しい学校給食センターを建設中です。工事の状況をホームページより確認できますので、是非ご覧ください。