

中学校
令和6年度

11月給食だより



加須市教育委員会学校給食課
(加須学校給食センター)
Tel 0480-68-3755

予定献立表



日 曜 献 立 名			おもに使われる食品名			アレルギー物質該当原材料名 (食品表示法に基づく28品目)	栄 養 価	
			おもに熱や力になる食品 (きいろ)	おもに血や肉や骨になる食品 (あか)	おもにからだの調子をととのえる食品 (みどり)		エネルギー kcal	蛋白質 g
1	金	ご飯	米				817	28.6
		牛乳		牛乳		乳		
		ワンタンスープ	ワンタン	豚肉 なんと	にんじん 玉ねぎ キャベツ 小松菜 しょうが	大豆 鶏肉 豚肉 ごま		
		肉団子 2個		肉団子		小麦 ごま 大豆 鶏肉 豚肉 りんご		
		ごぼうの中華きんぴら	油 ごま油 ごま 砂糖	豚肉 さつま揚げ	ごぼう 人参 さやいんげん	小麦 大豆 ごま 豚肉		
5	火	黒パン	黒パン			乳 小麦 大豆	834	26.3
		牛乳		牛乳		乳		
		花野菜ポトフ	じゃがいも	フランク	人参 大根 カリフラワー ブロッコリー	小麦 大豆 鶏肉 豚肉		
		キャベツメンチカツ	油	キャベツメンチカツ		小麦 大豆 豚肉		
		ソース				大豆 りんご		
		コールスローサラダ(コールスロドレッシング)			キャベツ もやし きゅうり			
6	水	ご飯	米				872	31.0
		牛乳		牛乳		乳		
		もずくのみそ汁		もずく 豆腐 味噌 煮干し粉	玉ねぎ ほうれん草 ねぎ	大豆		
		さばのカレー竜田	油	さばでん粉付き(カレー味)		さば 小麦 大豆		
		大根のそぼろ煮	油 砂糖	豚肉 油揚げ	しょうが 大根 さやいんげん	小麦 大豆 豚肉		
7	木	中華めん	中華めん			小麦	745	31.2
		ジョアブレーン	ジョアブレーン			乳		
		味噌ラーメンの汁		豚肉 味噌	しょうが にんにく 人参 玉ねぎ キャベツ メンマ とうもろこし ねぎ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま		
		肉まん		肉まん		小麦 大豆 豚肉 ごま		
		炒めナムル	ごま油 ごま 砂糖	豚肉	にんにく にんじん もやし きゅうり 小松菜	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま		
8	金	ご飯	米				792	30.5
		牛乳		牛乳		乳		
		どさんこ汁	油 じゃがいも	豚肉 豆腐 味噌	にんにく 人参 もやし とうもろこし	大豆 豚肉		
		ハンバーグおろしソースかけ	砂糖 でん粉	ハンバーグ	しょうが 大根	鶏肉 豚肉 小麦 大豆		
		にんじんシリシリ	油 ごま油 ごま	炒り卵 ツナ	人参	小麦 大豆 卵 ごま		
11	月	ご飯	米				838	29.5
		牛乳		牛乳		乳		
		卵入りトックスープ	トック ごま油 でん粉	鶏肉 卵	人参 玉ねぎ 大根 小松菜 ねぎ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま 卵		
		ヤンニャムチキン	油 でん粉 ごま油 ごま 砂糖	鶏肉	にんにく	小麦 大豆 鶏肉 ごま		
		春雨サラダ(ナムルドレッシング)	春雨		キャベツ きゅうり とうもろこし	小麦 大豆 ごま 鶏肉 豚肉		
12	火	ツイストパン	ツイストパン			乳 小麦 大豆	779	31.9
		牛乳		牛乳		乳		
		アルファベットスープ	マカロニ	鶏肉	人参 玉ねぎ キャベツ ほうれん草	小麦 大豆 鶏肉 豚肉		
		ハンバーグデミソースかけ	油 砂糖 デミソース	ハンバーグ	玉ねぎ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 りんご		
		かぼちゃサラダ	ノンエッグマヨネーズ		かぼちゃ 枝豆 とうもろこし	大豆		
13	水	ご飯	米				797	31.2
		牛乳		牛乳		乳		
		スンドゥブスープ	ごま油	鶏肉 あさり 豆腐 味噌	にんにく しょうが 玉ねぎ 白菜 人参 白菜キムチ にら	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま りんご ゼラチン		
		しゅうまい 2個		しゅうまい		小麦 豚肉		
		キムタクご飯の具	油 ごま油	豚肉	白菜キムチ しらたき つぼ漬け ほうれん草	ごま りんご 大豆 ゼラチン 小麦 豚肉		
15	金	わかめご飯	米	わかめ			780	33.8
		牛乳		牛乳		乳		
		肉豆腐		豚肉 豆腐 厚揚げ	大根 白菜 人参 ねぎ	小麦 大豆 さば 豚肉		
		ホッケの塩焼き		ホッケ				
		切り干し大根の炒め煮	油 砂糖	油揚げ	切り干し大根 人参	小麦 大豆		
18	月	ご飯	米				885	30.4
		牛乳		牛乳		乳		
		豆腐とわかめの味噌汁		豆腐 わかめ 油揚げ 味噌 煮干し粉	もやし ねぎ	大豆		
		チーズはんぺんフライ	油	チーズはんぺんフライ		小麦 大豆 乳 卵		
		ソース				大豆 りんご		
		肉じゃが	油 じゃがいも 砂糖	豚肉	人参 玉ねぎ こんにゃく	小麦 大豆 豚肉		
19	火	こどもパンスライス	こどもパンスライス			乳 小麦 大豆	772	31.7
		牛乳		牛乳		乳		
		ミネストローネ	油 マカロニ じゃがいも	ベーコン 鶏肉	にんにく 人参 玉ねぎ マッシュルーム トマト パセリ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉		
		ハムサンドフライ	油	ハムサンドフライ		小麦 大豆 乳 卵 鶏肉 豚肉		
		ソース				大豆 りんご		
		ブロッコリーのガーリックソテー	油		にんにく ブロッコリー とうもろこし	小麦 大豆 鶏肉 豚肉		
20	水	ご飯	米				803	31.9
		牛乳		牛乳		乳		
		呉汁	里芋	大豆 油揚げ 味噌	大根 ほうれん草 ねぎ	大豆		
		ホキの南蛮漬け	油 砂糖 ごま油	ホキでん粉付き	玉ねぎ 人参 ねぎ	小麦 大豆 ごま		
		こんにゃくソテー	油 砂糖 ごま油	鶏肉	しょうが 人参 とうもろこし こんにゃく 小松菜	小麦 大豆 ごま 鶏肉		

11月			おもに使われる食品名			アレルギー物質該当原材料名 (食品表示法に基づく28品目)	栄 養 価			
日 曜 献 立 名			おもに熱や力になる食品 (きいろ)	おもに血や肉や骨になる食品 (あか)	おもにからだの調子をととのえる食品 (みどり)		エネルギー kcal	蛋白質 g		
21	木	ご飯	米				890	26.6		
		牛乳		牛乳		乳				
		ポークハヤシ	油 ジャがいも ハヤシルウ	豚肉	にんにく 玉ねぎ 人参 しめじ トマト	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 りんご				
		いかナゲット 2個		いかナゲット		いか 豚肉 小麦 大豆				
		フルーツポンチ	カクテルゼリー		みかん バイン もも	大豆 もも りんご				
22	金	ご飯	米				804	25.5		
		牛乳		牛乳		乳				
		大根と油揚げの味噌汁		豆腐 油揚げ 味噌	大根 えのき 小松菜 ねぎ	大豆				
		かぼちゃのひき肉フライ	油	かぼちゃひき肉フライ		豚肉 小麦 大豆 りんご				
		大豆の磯煮	油 砂糖	鶏肉 大豆 ひじき	干しいたけ ごぼう 人参 こんにゃく	鶏肉 小麦 大豆				
25	月	ご飯	米				838	30.5		
		牛乳		牛乳		乳				
		けんちん汁	油 ジャがいも	豚肉 豆腐 油揚げ	人参 大根 ごぼう こんにゃく 干しいたけ ねぎ 小松菜	小麦 大豆 豚肉				
		さばのガーリック漬け		さばのガーリック漬け		さば				
		ほうれん草のごま和え	ごま 砂糖		ほうれん草 もやし きゅうり	ごま 小麦 大豆				
26	火	コッペパンスライス	コッペパンスライス			乳 小麦 大豆	793	31.5		
		牛乳		牛乳		乳				
		かぼちゃのシチュー	油 ベシャメルルウ	鶏肉 チーズ 牛乳	人参 玉ねぎ キャベツ かぼちゃ ほうれん草	小麦 乳 鶏肉 大豆 豚肉				
		焼きフランクのバーベキューソース	油 砂糖	フランク	玉ねぎ	豚肉 大豆 りんご				
		大根の和風サラダ(玉ねぎドレッシング)			大根 きゅうり 人参	小麦 大豆 りんご				
27	水	ご飯	米				791	31.6		
		牛乳		牛乳		乳				
		肉団子入り豚汁	油	豚肉 ミートボール 厚揚げ 味噌	にんじん 玉ねぎ ほうれん草 ねぎ	大豆 鶏肉 豚肉 小麦				
		厚焼き玉子		厚焼き玉子		卵 大豆 小麦 さば				
		ひじきとツナのカレー炒め	油 砂糖	ツナ ひじき	にんじん とうもろこし	小麦 大豆 鶏肉				
28	木	ご飯	米				925	28.8		
		ジョアストロベリー		ジョアストロベリー		乳				
		加須産大豆のキーマカレー	油 カレールウ	鶏肉 大豆 豆乳	しょうが にんにく 人参 玉ねぎ ほうれん草 トマト	小麦 大豆 豚肉 鶏肉 りんご				
		チキンカツ	油	チキンカツ		鶏肉 小麦 大豆				
		ポテトサラダ	ノンエッグマヨネーズ ジャがいも		枝豆 とうもろこし	大豆				
29	金	ご飯	米				831	29.6		
		コーヒーミルク	大利根東小学校 リクエスト献立	コーヒーミルク		乳				
		おでん	里芋	ミートボール 厚揚げ ちくわ	こんにゃく 大根 人参	小麦 大豆 さば 鶏肉 豚肉				
		若鶏のからあげ	油 でん粉	鶏肉生姜醤油漬け		鶏肉 小麦 大豆				
		もやしのナムル(ナムルドレッシング)			もやし 人参 きゅうり	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま				
※ 材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。							19回	平均栄養量	820	30.1
※ ○印の献立は、給食センターの配送車ではなく、納品業者から学校に配送されるものです。								基準栄養量	830	26.9～ 41.5
※ 加須市内の給食センター（加須・騎西）では、季節に合わせて共通したメニュー【統一献立】を取り入れています。										
※ 今月の地場産物は【米、大豆、ふるさと味噌、浮野味噌、きゅうり、ねぎ、キャベツ、大根、きくらげ】です。										

※ 材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。

※ ○印の献立は、給食センターの配送車ではなく、納品業者から学校に配送されるものです。

※ 加須市内の給食センター（加須・騎西）では、季節に合わせて共通したメニュー【統一献立】を取り入れています。

※ 今月の地場産物は【米、大豆、ふるさと味噌、浮野味噌、きゅうり、ねぎ、キャベツ、大根、きくらげ】です。

※ アレルギー表示は、特定原材料及び特定原材料に準ずるもの28品目を記載しています。

えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳
落花生(ピーナッツ)	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ
キウイフルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉
バナナ	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン

給食だよりは 加須市のHPでも
ご覧いただけます
レシピも掲載しています
学校給食課のページはこちら ⇒



☆彩の国ふるさと学校給食月間☆

埼玉県では、6月と11月を「ふるさと学校給食月間」としています。

学校給食では、地元の食材や郷土食などを提供し、食への関心やふるさとへの愛着を深めることに努めています。

私たちが住んでいる地域でとれる食べ物を「地場産物」といいます。地元で作られたものは、生産者が近くにいるので、「顔が見えて安心」「新鮮な食材」「旬な食材」などのメリットがあります。

学校給食に地場産物を活用する効果

地域の産業や食文化への理解を
深めることができる



食料の生産、流通に関わる
人びとに対する感謝の気持ち
を育むことができる



学校と地域との連携・
協力関係を構築すること
ができる



11月のご飯は
北川辺地域産 コシヒカリ
を使用しています。

11月のリクエスト献立

大利根東小学校

ご飯
コーヒーミルク
おでん
若鶏のから揚げ
もやしのナムル

豊野小学校

中華めん
ジョアプレーン
味噌ラーメンの汁
肉まん
炒めナムル