

令和4年度11月分

中学校給食献立表（Ｂブロック）

第一中学校・庭窪中学校・八雲中学校・梶中学校・
大久保中学校・館中学校・樟風中学校

実施日	献立	品名	実施日	献立	品名
11/1火	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 鶏肉と大根の煮物 ほうれん草のごま和え みそ汁	【米 【さば、酒、塩、油 【鶏肉、大根、しょうゆ、砂糖、酒、みりん、けずりぶし 【ほうれん草、人参、白ごま、砂糖、しょうゆ、みりん 【玉ねぎ、人参、青ねぎ、白みそ、赤みそ、けずりぶし、だしこんぶ	11/16水	ごはん 牛乳 すき焼き風煮 きびなこの天ぷら もやしのおえ物 すまし汁	【米 【牛肉、糸こんにやく、白菜、玉ねぎ、人参、油、しょうゆ、砂糖、酒 【きびなご天ぷら、油、塩 【もやし、きゅうり、人参、酢、しょうゆ、砂糖、塩 【豆腐、えのきたけ、青ねぎ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ
11/2水	ごはん 牛乳 ポークチャップ ポトフ ごぼうマヨサラダ コンソメスープ	【米 【豚肉、玉ねぎ、ピーマン、油、ケチャップ、ウスターソース、塩、こしょう 【鶏肉、じゃが芋、キャベツ、人参、にんにく、油、しょうゆ、コンソメ、塩、こしょう 【ツナ、ごぼう、人参、きゅうり、コーン、マヨネーズ、塩、こしょう 【大根、わかめ、コンソメ、塩、こしょう	11/17木	ごはん 牛乳 シヤージャン豆腐 コロッケ 小松菜の和え物 きのこ汁	【米 【豚肉、厚揚げ、玉ねぎ、人参、チンゲン菜、たけのこ、干しいたけ、しょうが、油、赤みそ、しょうゆ、酒、砂糖、トウバンジャン、塩、こしょう、片栗粉 【コロッケ、油 【小松菜、人参、しょうゆ、みりん 【さつま芋、しめじ、青ねぎ、白みそ、赤みそ、けずりぶし、だしこんぶ
11/4金	コーンピラフ 牛乳 ビーフンチュー えび入りベロロンチーノ フレンチサラダ オレンジゼリー	【米、玉ねぎ、コーン、人参、バター、コンソメ、塩、こしょう 【牛肉、玉ねぎ、人参、ハヤシフレーク、ケチャップ、塩 【スパゲティ、えび、枝豆、にんにく、オリーブ油、砂糖、塩、こしょう、たかのつめ 【キャベツ、きゅうり、コーン、人参、酢、オリーブ油、砂糖、しょうゆ、塩、こしょう 【オレンジゼリー	11/18金	ごはん 牛乳 あじの竜田揚げ ビーフンソーテ 大豆とちりめんの甘辛煮 きゅうりの即席漬け みそ汁	【米 【あじ、しょうが、しょうゆ、酒、塩、こしょう、片栗粉、油 【ビーフン、豚肉、ちくわ、キャベツ、人参、ごま油、しょうゆ、中華スープ、塩、こしょう 【大豆、ちりめんじゃこ、しょうゆ、砂糖、みりん 【きゅうり、しょうゆ、塩、こしょう 【小松菜、えのきたけ、白みそ、赤みそ、けずりぶし、だしこんぶ
11/7月	ごはん 牛乳 あんかけピリ辛丼 カマンベールチーズコロッケ 炒り卵 チンゲン菜の中華和え	【米 【豚ひき肉、白菜、大根、人参、しょうが、白ごま、油、しょうゆ、砂糖、中華スープ、トウバンジャン、片栗粉 【カマンベールチーズコロッケ、油 【卵、青ねぎ、油、しょうゆ、塩、こしょう 【ちくわ、チンゲン菜、ごま油、しょうゆ、塩、こしょう	11/21月	ごはん 牛乳 カレーライス トンカツ・ソース ドレッシング和え フルーツミックス缶	【米 【牛肉、玉ねぎ、人参、トマト水煮、にんにく、油、カレーフレーク、塩 【トンカツ、油、ソース（小袋） 【キャベツ、きゅうり、人参、酢、しょうゆ、砂糖、オリーブ油 【フルーツミックス缶
11/8火	ごはん 牛乳 ユーリンチー 春雨チャブチエ 大学芋 白菜スープ	【米 【鶏肉、しょうが、酒、塩、片栗粉、油、白ねぎ、酢、しょうゆ、砂糖 【豚ひき肉、春雨、人参、ニラ、白ごま、ごま油、しょうゆ、砂糖、中華スープ 【さつま芋、油、黒ごま、砂糖、しょうゆ 【白菜、コーン、わかめ、中華スープ、塩、こしょう	11/22火	ごはん 牛乳 豚肉のきのこ炒め 五目煮 きゅうりとコーンの甘酢和え コンソメスープ	【米 【豚肉、白菜、えのきたけ、しめじ、エリンギ、油、しょうゆ、みりん、酒、塩、こしょう 【鶏肉、ちくわ、大豆、人参、ごぼう、さやいんげん、しょうゆ、砂糖、けずりぶし 【きゅうり、コーン、酢、砂糖、しょうゆ、みりん 【玉ねぎ、人参、わかめ、コンソメ、塩、こしょう
11/9水	ごはん 牛乳 豚キムチ炒め きんぴらごぼう キャベツのおひたし みそ汁	【米 【豚肉、こんにやく、白菜、白菜キムチ、ニラ、白ごま、油、しょうゆ、酒、塩、こしょう 【牛肉、こんにやく、ごぼう、人参、白ごま、ごま油、しょうゆ、砂糖、みりん、けずりぶし 【うす揚げ、キャベツ、しょうゆ、砂糖、みりん、けずりぶし、 【玉ねぎ、チンゲン菜、白みそ、赤みそ、けずりぶし、だしこんぶ	11/24木	わかめごはん 牛乳 さばの漬け焼き 牛肉と春雨の炒め物 白菜とほうれん草のおかか和え みそ汁	【米、わかめごはんの素 【さば、しょうが、しょうゆ、みりん、油 【牛肉、春雨、玉ねぎ、人参、納豆、干しいたけ、しょうが、にんにく、油、しょうゆ、砂糖、酒、ごま油、塩、こしょう 【白菜、ほうれん草、かつおぶし、しょうゆ、みりん 【玉ねぎ、えのきたけ、白みそ、赤みそ、けずりぶし、だしこんぶ
11/10木	ごはん 牛乳 肉じゃが ちくわの磯辺揚げ チンゲン菜の和え物 みそ汁	【米 【牛肉、糸こんにやく、じゃが芋、玉ねぎ、人参、さやいんげん、しょうゆ、砂糖、けずりぶし 【ちくわ、天ぷら粉、青のり、塩、油 【チンゲン菜、白菜、しょうゆ、みりん 【大根、わかめ、赤みそ、白みそ、けずりぶし、だしこんぶ	11/25金	ごはん 牛乳 中華焼きそば えびの中華風天ぷら もやしの中華風和え物 中華スープ	【米 【焼きそば、豚肉、小松菜、玉ねぎ、もやし、人参、にんにく、ごま油、オイスターソース、しょうゆ、酒、みりん、中華スープ、塩、こしょう 【えび、酒、しょうゆ、こしょう、天ぷら粉、中華スープ、しょうゆ、油 【もやし、きゅうり、人参、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、塩 【コーン、わかめ、中華スープ、塩、こしょう
11/11金	たきごみごはん 牛乳 サーモンフライ 豚もやし炒め 切干大根のサラダ すまし汁	【米、うす揚げ、人参、ごぼう、しょうゆ、酒、塩、けずりぶし 【サーモンフライ、油 【豚肉、もやし、人参、ニラ、ごま油、オイスターソース、塩、こしょう 【ツナ、きゅうり、切干大根、酢、しょうゆ、油、ごま油、砂糖 【鮎、えのきたけ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ	11/28月	ごはん 牛乳 中華丼 あげぎょうざ 春雨サラダ バイナン缶	【米 【豚肉、白菜、玉ねぎ、もやし、人参、チンゲン菜、たけのこ、しょうが、油、しょうゆ、中華スープ、こしょう、片栗粉 【ぎょうざ、油 【ツナ、錦糸卵、春雨、きゅうり、人参、白ごま、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油、中華スープ 【バイナン缶
11/14月	ごはん 牛乳 みそおでん さつま芋のかきあげ ほうれん草のおひたし すまし汁	【米 【鶏肉、平天、こんにやく、じゃが芋、大根、人参、さやいんげん、白みそ、砂糖、しょうゆ、けずりぶし 【さつま芋、玉ねぎ、人参、小麦粉、塩、油 【ほうれん草、白菜、しょうゆ、みりん、けずりぶし 【鮎、わかめ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ	11/29火	ごはん 牛乳 さけの塩焼き さつま芋の天ぷら ひじきの炒め煮 ブロッコリーのごま和え すまし汁	【米 【さけ、酒、塩、油 【さつま芋、天ぷら粉、塩、油 【豚肉、こんにやく、人参、ひじき、油、しょうゆ、砂糖、みりん、けずりぶし 【ブロッコリー、人参、白ごま、しょうゆ、みりん 【豆腐、白菜、わかめ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ
11/15火	バターライス 牛乳 ペッパーライス風 野菜炒め きゅうりとツナの和え物 コンソメスープ	【米、バター 【牛肉、コーン、青ねぎ、にんにく、油、しょうゆ、酒、砂糖、こしょう 【豚肉、キャベツ、もやし、人参、油、中華スープ、塩、こしょう 【ツナ、きゅうり、えのきたけ、しょうゆ、みりん 【じゃが芋、大根、人参、コンソメ、塩、こしょう	11/30水	ロールパン 牛乳 白菜のクリームシチュー ハンバーグ フライドポテト きのこスパゲティ 黄桃缶	【ロールパン 【鶏肉、白菜、玉ねぎ、人参、牛乳、シチューフレーク、砂糖、塩、こしょう 【ハンバーグ、油、ケチャップ、ウスターソース、トンカツソース、砂糖、からし 【じゃが芋、油、塩 【スパゲティ、玉ねぎ、しめじ、チンゲン菜、油、しょうゆ、みりん、こしょう 【黄桃缶

※食品のアレルギーについてご質問がございましたら、守口市教育委員会事務局 教育部 保健給食課 までお問い合わせください。 TEL 06-6995-3156