１１月の給食予定献立表　令和８年熊野町

日	曜	一小	二小	三小	四小	熊中	東中	献立名	力や体温になる食品	血や肉・骨になる食品	体の調子を整える食品
2	月	○	○	×	○	○	○	ビビンバ　わかめスープ　牛乳	米　ごま 油　ごま油 砂糖	豚肉　わかめ 牛乳	ぜんまい　大根 ほうれん草 にんじん　玉ねぎ キャベツ　青ねぎ
3	火	×	×	×	×	×	×				
4	水	○	○	○	○	○	○	★６年生が考えた献立★ ご飯　しょうが焼き 季節野菜のみそ汁　牛乳	米　油 里芋　砂糖	豚肉　豆腐 牛乳	玉ねぎ　しめじ 大根　にんじん 青ねぎ
5	木	○	○	○	○	○	○	ご飯　マーボー豆腐 もやしの和え物　牛乳	米　砂糖 ごま油	豚肉　鶏肉 豆腐　わかめ 牛乳	小松菜　もやし 玉ねぎ　にんじん
6	金	○	○	○	○	○	○	ご飯　鶏のからあげ　磯キャベツ まろやかみそ汁　牛乳	米　油 じゃがいも 片栗粉	鶏肉　豆腐 油揚げ　わかめ 豆乳　牛乳	キャベツ　青ねぎ にんじん　玉ねぎ
9	月	○	○	○	○	○	○	カレーライス　フルーツポンチ 牛乳	米　砂糖 じゃがいも 油	豚肉　牛乳	玉ねぎ　にんじん パイン缶　もも缶 みかん缶
10	火	○	○	○	○	○	○	★６年生が考えた献立★ ★おいしい！ひろしま給食献立★ しらすご飯　肉じゃが ゆかりキャベツ　牛乳	米　油 砂糖 じゃがいも	しらす　油揚げ 牛肉　かまぼこ 牛乳	しめじ　えのき にんじん　貝割れ キャベツ　玉ねぎ いんげん
11	水	○	○	○	○	○	○	ご飯　チキンカツ　ポテトサラダ ひろしまっ子汁　牛乳	米　油 じゃがいも マヨネーズ	鶏肉　豆腐 ハム　油揚げ しらす　牛乳	きゅうり　玉ねぎ にんじん　青ねぎ
12	木	○	○	○	○	○	○	ふわふわ丼　ひじきの含め煮　牛乳	米　砂糖 片栗粉	豚肉　卵 豆腐　ひじき 油揚げ　牛乳	にんじん　玉ねぎ 青ねぎ　えだまめ
13	金	○	○	○	○	○	○	ご飯　ヤンニョムチキン ABCスープ　牛乳	米　マカロニ ごま油　砂糖	鶏肉　牛乳	チンゲン菜 コーン　にんじん 玉ねぎ
16	月	×	×	×	×	○	○	ご飯　チンジャオロース もずくスープ　牛乳	米　ごま油	牛肉　大豆 もずく　豆腐 牛乳	ピーマン　玉ねぎ たけのこ　青ねぎ チンゲン菜 にんじん
17	火	○	○	○	○	○	○	親子丼　ごぼうサラダ　いりこ 牛乳	米　ごま マヨネーズ 砂糖	鶏肉　卵 牛乳	ごぼう　にんじん いんげん　玉ねぎ
18	水	○	○	○	○	○	○	ご飯　すき焼きコロッケ キャベツの昆布和え 豚汁　牛乳	米　油 じゃがいも 里芋　砂糖	豚肉　昆布 豆腐　油揚げ 牛乳	キャベツ　大根 にんじん　玉ねぎ しいたけ　青ねぎ
19	木	○	○	○	○	○	○	小型パン　焼きそば 大豆と茎わかめの和え物　牛乳	小型パン 焼きそば 砂糖　油	豚肉　大豆 茎わかめ　牛乳	キャベツ 玉ねぎ にんじん
20	金	○	○	○	○	○	○	ご飯　クリームシチュー ひじきのサラダ　牛乳	米　マカロニ じゃがいも マヨネーズ	鶏肉　ひじき ハム　牛乳	ブロッコリー きゅうり　玉ねぎ コーン　にんじん キャベツ
23	月	×	×	×	×	×	×				
24	火	○	○	○	○	○	○	ご飯　酢豚　春雨のナムル　牛乳	米　春雨 砂糖　ごま油	豚肉　わかめ 牛乳	たけのこ　玉ねぎ しいたけ　コーン きゅうり にんじん
25	水	○	○	○	○	○	○	ご飯　煮込みおでん 蒸し鶏とキャベツのサラダ　牛乳	米　里芋 砂糖　ごま油	鶏肉　厚揚げ さつま揚げ 鶏肉　わかめ 牛乳	大根　キャベツ こんにゃく にんじん　レモン きゅうり
26	木	○	○	○	○	○	○	★６年生が考えた献立★ わかめご飯　こいわしの天ぷら ごぼうの炒め煮　かきたま汁　牛乳	米　油 ごま油　砂糖	こいわし　卵 わかめ　牛乳	ごぼう　にんじん こんにゃく 小松菜　玉ねぎ
27	金	○	○	○	○	○	○	ご飯　肉みそ豆腐 白菜のおかか和え　牛乳	米　砂糖	豚肉　豆腐 かまぼこ かつおぶし 牛乳	しいたけ　白菜 にんじん　玉ねぎ
30	月	○	○	○	○	○	○	★おいしい！ひろしま給食献立★ 中華丼　揚げぎょうざ みかん　牛乳	米　ごま油 片栗粉	豚肉　牛乳	白菜　玉ねぎ チンゲン菜 にんじん　みかん

	日	2	4	5	6	9	10	11	12	13	16	17	18	19	20	24	25	26	27	30	平均
小学校	熱量(kcal)	602	633	628	631	675	620	690	616	639	673	646	654	586	695	662	571	636	644	654	640
	蛋白(g)	19.5	23.9	24.7	28.4	1.9	16.8	23.9	22.7	26.3	19.2	20.5	19.9	20.7	21.7	16	21.1	18.8	21.5	16.6	20.2
	塩分(g)	2.2	1.6	1.9	1.3	2.9	2.1	2.5	2.1	1.7	2.2	1.4	1.6	2.8	2.4	1	0.7	1.8	1.9	0.8	1.8
	日	2	4	5	6	9	10	11	12	13	16	17	18	19	20	24	25	26	27	30	平均
中学校	熱量(kcal)	683	720	734	713	751	699	766	709	720	769	736	725	617	772	763	655	741	749	771	726
	蛋白(g)	21.7	25.9	29.3	31.5	16.9	18	25.1	25.8	29.3	21	23.1	21	21.8	24	18	23.7	21.8	24.5	19.3	23.2
	塩分(g)	2.2	1.6	1.9	1.3	2.9	2.1	2.5	2.2	1.7	2.3	1.4	1.6	2.8	2.5	1.1	0.7	1.9	1.9	1	1.9

※ １１月の給食費の引き落としは１１月３０日(月）です。献立食材等は都合により変更することがあります。