

2024年(令和6年)11月分 学校給食献立表(中学校)第2地区

※除去食対応する献立には◇マークを記しています。
※食物アレルギー対応として、ご希望される方には「学校給食食物資配合表」を配布しております。必要な方は各学校までお申し出ください。

日・曜	1日・金	5日・火	6日・水	7日・木	8日・金	11日・月	12日・火	13日・水	14日・木	15日・金
献立名	コッペパン 牛乳 かぼちゃのポタージュ キャベツと小松菜のガーリックソテー 柿	米飯 牛乳 ◇高野豆腐ともの卵とじ きんぴら おからあえ	コッペパン 牛乳 中華スープ かつおとさつまいもの甘辛煮 きなこクリーム	米飯 牛乳 チキンカレー ごまじゃこサラダ	コッペパン 牛乳 冬野菜スープ きんぎょのトマト煮込み りんご白玉	米飯 牛乳 ◇みそおでん あらめしのしらすあえ	とふめし 牛乳 利久汁 いわしの松前煮	きなこ揚げパン 牛乳 野菜スープ じゃがいもの中華炒め	米飯 牛乳 たらちげ きんぴら 赤しそ和え	コッペパン 牛乳 とんこつラーメン ◇ツナマヨポテト みかん
材料名および使用量(g)	鶏肉 10:○ 調理ワイン 0.5:△ いんげんまめ(乾燥) 10:○ かぼちゃ 30:△ にんじん 10:△ たまねぎ 40:△ 綿実油 1:○ パセリ 0.5:△ 米粉 5:○ 豆乳 30:○ スープベース(丸鶏) 7:○ 塩 0.02:△ こしょう 120:○ 水 120:○ 豚肉 20:○ 調理ワイン 15:△ キャベツ 40:△ にんじん 0.5:△ 塩 0.1:○ こしょう 0.03:△ うすくちしょうゆ 0.02:△ オリーブオイル 0.5:○ かき(柿) 1/4個:△	卵◆ 55:○ 高野豆腐 4:○ 酒 3:○ たまねぎ 50:△ にんじん 15:△ ねぎ 3:△ 砂糖 1.5:○ こいくちしょうゆ 3:○ うすくちしょうゆ 4:○ 塩 0.3:○ 本みりん 1:○ ごんぶ 0.7:○ けずり節 2:○ 水 90:○ 鶏肉ミンチ(むね) 10:○ 菜わかめ(冷凍) 20:△ にんじん 15:△ 糸こんにゃく 10:△ うす揚げ 5:○ 綿実油 1:○ こいくちしょうゆ 2.5:△ 本みりん 0.5:○ 砂糖 1.5:○ だし汁 5:○ だいこん 40:△ 塩 0.1:○ かつお節 0.5:△ すりごま 0.5:△ うすくちしょうゆ 1:○	鶏肉 15:○ 酒 0.5:△ はくさい 30:△ にんじん 15:△ たまねぎ 20:△ にんにく 0.5:△ しょうが 10:△ 綿実油 0.4:△ バター 2:○ 綿実油 0.02:△ カレー粉 0.3:○ 牛乳 1.5:○ 粉チーズ 20:○ ヨーグルト 5:○ かつお 35:△ 酒 1:○ 塩 0.2:△ こしょう 0.01:△ でんぶ 5:○ ゴロン油 4:○ さつまいも【西谷産】 60:○ コン油 0.05:△ 砂糖 0.5:○ こいくちしょうゆ 3:○ 本みりん 0.8:△ 豆乳 25:○ だいこん 4:○ 塩 0.1:○ コーンスターチ 1:○ 水 5:○	鶏肉 30:○ 酒 0.5:△ はくさい 50:△ たまねぎ 70:△ にんじん 15:△ にんにく 0.5:△ しょうが 10:△ 綿実油 0.5:△ バター 2:○ 綿実油 0.02:△ カレー粉 0.3:○ 牛乳 1.5:○ 粉チーズ 20:○ ヨーグルト 5:○ かつお 35:△ 酒 1:○ 塩 0.2:△ こしょう 0.01:△ でんぶ 5:○ ゴロン油 4:○ さつまいも【西谷産】 60:○ コン油 0.05:△ 砂糖 0.5:○ こいくちしょうゆ 3:○ 本みりん 0.8:△ 豆乳 25:○ だいこん 4:○ 塩 0.1:○ コーンスターチ 1:○ 水 5:○	鶏肉 15:○ 酒 0.5:△ はくさい 30:△ だいきん 40:△ にんじん 15:△ えのきたけ 10:△ しょうが 10:△ うすくちしょうゆ 4:○ みそ 0.2:△ 砂糖 3:○ うすくちしょうゆ 1:○ 水 130:○ さば(オイル漬け) 20:○ にんじん 15:△ たまねぎ 25:△ 大豆(乾燥) 10:○ にんにく 0.3:△ 綿実油 1:○ ケチャップ 5:○ トマトピューレ 5:○ 塩 0.3:○ こしょう 0.3:○ にんじん 0.1:○ しょうゆ 0.02:△ 水 5:○ しらたまだんご 50:○ りんご 20:△ ワイン(白) 0.5:△ 砂糖 4:○ 水 25:○	鶏肉 20:○ 酒 30:○ 厚揚げ 30:○ 竹輪(煮込み用) 10:○ ごぼう 20:○ じゃがいも 60:○ だいきん 20:○ みそ 11:○ 砂糖 2:○ うすくちしょうゆ 0.5:△ 水 2:○ ごぼう 2:○ たまねぎ 2:○ じゃがいも 2:○ ねぎ 2:○ みそ 2:○ ねりごま 2:○ すりごま 2:○ けずり節 2:○ 水 2:○ あらめ 2.5:○ うすくちしょうゆ 0.1:○ しらすばし 4:○ 酒 0.5:△ 綿実油 30:○ キャベツ 10:○ にんじん 0.1:○ ごま 0.2:○ 塩 0.5:○ 砂糖 1:○ うすくちしょうゆ 0.5:△ ごま油 0.5:△	精白米 95:○ さば(オイル漬け) 10:○ 豆腐 20:○ ごぼう 5:△ 酒 1:○ 本みりん 1.5:○ 塩 0.2:△ こいくちしょうゆ 2:○ みそ 3.5:○ 砂糖 110:○ うす揚げ 7:○ にんじん 15:△ ごぼう 10:△ たまねぎ 20:△ じゃがいも 50:△ ねぎ 2:△ みそ 13:○ 水 130:○ 豚肉 20:○ 酒 0.5:△ キャベツ 20:○ じゃがいも 15:△ にんじん 60:○ 砂糖 5:○ 水 10:○ 1切れ:○ いんげん 0.5:△ こしあぶ 0.5:△ しょうが 1:○ 砂糖 1:○ 酒 4:○ うすくちしょうゆ 4:○ 酢 4:○ 砂糖 4:○ 水 15:○ はるさめ 8:○ もずく 10:○ たまねぎ 15:△ にんじん 20:△ たまねぎ 20:△ 干しいたけ 0.4:△ もやし 10:△ しょうが 0.7:△ ごま 0.4:△ こしょう 0.02:△ ごま油 1:○ チンゲンサイ 14:○ 水 104:○ 卵◆ 35:○ わかめ(塩蔵) 5:○ だいこん 40:△ にんじん 15:△ しめじ 10:△ ねぎ 2:△ うすくちしょうゆ 4:○ しょうが 0.2:△ こしょう 0.02:△ けずり節 3:○ 水 150:○ はるさめ 10:○ 鶏肉ミンチ(むね) 20:○ 酒 0.5:△ しょうが 0.3:△ にんにく 0.1:△ 綿実油 1:○ にんじん 15:△ 干しいたけ 0.3:△ にら 5:△ にら 2:○ 砂糖 0.3:○ こしょう 0.03:△ トウバンジャン 0.2:○	1個:○ 酒 10:○ きな粉 6:○ 塩 0.05:△ 鶏肉 15:○ 酒 0.5:△ ホールコーン 10:○ キャベツ 20:○ たまねぎ 40:△ にんじん 15:△ ごぼう 4:○ うすくちしょうゆ 0.2:△ 塩 0.02:△ こしょう 3:○ けずり節 130:○ 鶏肉 20:○ 酒 0.5:△ キャベツ 20:○ じゃがいも 15:△ にんじん 60:○ 砂糖 5:○ 水 10:○ 1切れ:○ いんげん 0.5:△ こしあぶ 0.5:△ しょうが 1:○ 砂糖 1:○ 酒 4:○ うすくちしょうゆ 4:○ 酢 4:○ 砂糖 4:○ 水 15:○ はるさめ 8:○ もずく 10:○ たまねぎ 15:△ にんじん 20:△ たまねぎ 20:△ 干しいたけ 0.4:△ もやし 10:△ しょうが 0.7:△ ごま 0.4:△ こしょう 0.02:△ ごま油 1:○ チンゲンサイ 14:○ 水 104:○ 卵◆ 35:○ わかめ(塩蔵) 5:○ だいこん 40:△ にんじん 15:△ しめじ 10:△ ねぎ 2:△ うすくちしょうゆ 4:○ しょうが 0.2:△ こしょう 0.02:△ けずり節 3:○ 水 150:○ はるさめ 10:○ 鶏肉ミンチ(むね) 20:○ 酒 0.5:△ しょうが 0.3:△ にんにく 0.1:△ 綿実油 1:○ にんじん 15:△ 干しいたけ 0.3:△ にら 5:△ にら 2:○ 砂糖 0.3:○ こしょう 0.03:△ トウバンジャン 0.2:○	たら 30:○ 酒 0.5:△ 豆腐 50:○ 白菜キムチ 20:△ にんにく 15:△ たまねぎ 20:△ しょうが 10:△ ごま油 2:○ もやし 5:○ にら 1:○ チンゲンサイ 10:○ うすくちしょうゆ 4:○ ごぼう 1:○ みそ 1:○ 本みりん 1:○ すりごま 1:○ 水 130:○ 鶏肉 20:○ 酒 0.5:△ キャベツ 20:○ じゃがいも 15:△ にんじん 60:○ 砂糖 5:○ 水 10:○ 1切れ:○ いんげん 0.5:△ こしあぶ 0.5:△ しょうが 1:○ 砂糖 1:○ 酒 4:○ うすくちしょうゆ 4:○ 酢 4:○ 砂糖 4:○ 水 15:○ はるさめ 8:○ もずく 10:○ たまねぎ 15:△ にんじん 20:△ たまねぎ 20:△ 干しいたけ 0.4:△ もやし 10:△ しょうが 0.7:△ ごま 0.4:△ こしょう 0.02:△ ごま油 1:○ チンゲンサイ 14:○ 水 104:○ 卵◆ 35:○ わかめ(塩蔵) 5:○ だいこん 40:△ にんじん 15:△ しめじ 10:△ ねぎ 2:△ うすくちしょうゆ 4:○ しょうが 0.2:△ こしょう 0.02:△ けずり節 3:○ 水 150:○ はるさめ 10:○ 鶏肉ミンチ(むね) 20:○ 酒 0.5:△ しょうが 0.3:△ にんにく 0.1:△ 綿実油 1:○ にんじん 15:△ 干しいたけ 0.3:△ にら 5:△ にら 2:○ 砂糖 0.3:○ こしょう 0.03:△ トウバンジャン 0.2:○	中華めん(冷凍) 55:○ 豚肉 15:○ 酒 0.5:△ 豆腐 50:○ 白菜キムチ 20:△ にんにく 15:△ たまねぎ 20:△ しょうが 10:△ ごま油 2:○ もやし 5:○ にら 1:○ チンゲンサイ 10:○ うすくちしょうゆ 4:○ ごぼう 1:○ みそ 1:○ 本みりん 1:○ すりごま 1:○ 水 130:○ 鶏肉 20:○ 酒 0.5:△ キャベツ 20:○ じゃがいも 15:△ にんじん 60:○ 砂糖 5:○ 水 10:○ 1切れ:○ いんげん 0.5:△ こしあぶ 0.5:△ しょうが 1:○ 砂糖 1:○ 酒 4:○ うすくちしょうゆ 4:○ 酢 4:○ 砂糖 4:○ 水 15:○ はるさめ 8:○ もずく 10:○ たまねぎ 15:△ にんじん 20:△ たまねぎ 20:△ 干しいたけ 0.4:△ もやし 10:△ しょうが 0.7:△ ごま 0.4:△ こしょう 0.02:△ ごま油 1:○ チンゲンサイ 14:○ 水 104:○ 卵◆ 35:○ わかめ(塩蔵) 5:○ だいこん 40:△ にんじん 15:△ しめじ 10:△ ねぎ 2:△ うすくちしょうゆ 4:○ しょうが 0.2:△ こしょう 0.02:△ けずり節 3:○ 水 150:○ はるさめ 10:○ 鶏肉ミンチ(むね) 20:○ 酒 0.5:△ しょうが 0.3:△ にんにく 0.1:△ 綿実油 1:○ にんじん 15:△ 干しいたけ 0.3:△ にら 5:△ にら 2:○ 砂糖 0.3:○ こしょう 0.03:△ トウバンジャン 0.2:○
エネルギー/蛋白質	622kcal/23.9g	681kcal/24.4g	734kcal/28.3g	750kcal/22.7g	712kcal/27.2g	724kcal/26.3g	691kcal/26.0g	713kcal/24.9g	660kcal/25.8g	723kcal/24.4g

日・曜	18日・月	19日・火	20日・水	21日・木	22日・金	25日・月	26日・火	27日・水	28日・木	29日・金
献立名	米飯 牛乳 酢汁 ひじきと打ち豆の煮物 けずり節と赤しそのふりかけ	米飯 牛乳 ◇かきたま味噌汁 かつおの香味焼き はりはり漬け	コッペパン 牛乳 ◇いかにわかめのスープ きびなごの南蛮漬け スイートポテト	米飯 牛乳 豚しゃが煮 さばと野菜のごまドレッシング和え	コッペパン 牛乳 鮭とチンゲンサイのシチュー ビーンズサラダ	米飯 牛乳 ぼたん汁 卵の花の煮つけ 野沢菜白煮	炊き込みチャーハン 牛乳 ◇卵とわかめのスープ 春雨のミンチ炒め	コッペパン 牛乳 もずくと春雨のスープ 鮎肉のケチャップ和え すだちかん	米飯 牛乳 ◇もずくと卵のスープ かぶのそぼろ煮 小松菜のじゃこ炒め	コッペパン 牛乳 さつまいものポタージュ ◇きのこのガーリックソテー
材料名および使用量(g)	さけ 20:○ 酒 0.5:△ だいきん 30:△ ごぼう 15:△ うす揚げ 5:○ にんじん 15:△ ねぎ 12:△ つきこんにゃく 15:△ 酒かす 9:○ みそ 1:○ うすくちしょうゆ 3:○ けずり節 1:○ 水 150:○ 鶏肉 15:○ 酒 0.5:△ 打ち豆(乾燥) 8:○ ひじき(乾燥) 2:○ 竹輪(煮込み用) 10:○ にんじん 10:△ 綿実油 0.5:△ 砂糖 1.5:○ こいくちしょうゆ 3:○ 本みりん 1:○ だし汁 15:△ けずり節 3:○ 酒 0.5:△ 砂糖 1:○ こいくちしょうゆ 1.5:△ 本みりん 0.5:△ だし汁 4:○ しそ粉末 0.5:△ ごま 1.5:○	ふ 3:○ 卵◆ 35:○ たまねぎ 30:△ にんじん 15:△ ねぎ 2:△ みそ 14:△ でんぶ 0.5:△ けずり節 3:○ こしょう 150:○ かつお 40:○ 酒 20:△ キャベツ 20:△ たまねぎ 0.7:△ しょうが 0.7:△ にんにく 0.5:△ 綿実油 0.5:△ 砂糖 0.5:△ 本みりん 0.3:○ 切り干し大根 4:○ 角切り昆布 0.3:○ 砂糖 1.5:○ こいくちしょうゆ 1:○ 酢 2:○ 本みりん 0.3:○ ごま 0.5:△	いかに◆ 20:○ 酒 0.5:△ わかめ(塩蔵) 6:○ にんじん 15:△ たまねぎ 35:△ えのきたけ 10:△ ねぎ 2:△ うすくちしょうゆ 4.5:△ 砂糖 0.2:△ こしょう 0.01:△ けずり節 3:○ 水 150:○ きびなご 30:○ 酒 1:○ でんぶ 6:○ コーン油 5:○ たまねぎ 20:△ にんじん 5:○ 酢 2:○ 砂糖 2:○ うすくちしょうゆ 3:○ 一味唐辛子 0.02:△ さつまいも 30:○ 砂糖 2:○ バター 1:○ 生クリーム 1:○ ごま 15:○	豚肉 30:○ 酒 1:○ 糸こんにゃく 40:△ じゃがいも 110:△ たまねぎ 50:△ にんじん 25:△ 綿実油 1:○ 砂糖 3.5:△ こいくちしょうゆ 5:○ うすくちしょうゆ 3:○ 本みりん 1:○ 水 50:○ さば(オイル漬け) 15:○ キャベツ 35:△ にんじん 10:△ 塩 0.2:△ ごま油 0.5:△ 酢 3:○ 砂糖 0.5:△ うすくちしょうゆ 1.5:△ レモン 1:○ すりごま 1.5:○	さけ 25:○ 調理ワイン 0.5:△ チンゲンサイ 15:△ じゃがいも 50:△ たまねぎ 50:△ にんじん 20:△ ごぼう 1:○ 綿実油 2:○ 粉チーズ 2:○ 生クリーム 3:○ 米粉 5:○ バター 3:○ 牛乳 40:○ 塩 0.7:△ こしょう 0.04:△ 水 100:○ きんときまめ(乾燥) 8:○ 綿実油 0.3:△ 酢 0.3:△ 塩 0.05:△ こしょう 0.01:△ ツナ(オイル漬け) 10:○ キャベツ 25:△ にんじん 5:△ 塩 0.1:△ うすくちしょうゆ 1:○ 酢 2:○ 砂糖 0.2:△ 綿実油 0.5:△ こしょう 0.02:△	猪肉 15:○ 酒 1:○ 豆腐 20:○ しめじ 10:△ ごぼう 10:△ にんじん 15:△ だいきん 40:△ みそ 10:△ ハチみそ 2:○ みそ 12:○ けずり節 3:○ 水 120:○ おから(乾燥) 5:○ 鶏肉 15:○ 酒 0.5:△ にんじん 10:△ ねぎ 2:△ うすくちしょうゆ 4:○ しょうが 0.2:△ こしょう 0.02:△ 砂糖 2:○ 綿実油 0.5:△ だし汁 45:○ はくさい 20:△ 酒 0.1:△ 野沢菜づけ 10:○ うすくちしょうゆ 0.3:△	精白米 90:○ 焼き豚 15:○ たまねぎ 7:△ にんじん 7:△ しょうが 0.4:△ 酒 0.7:△ こいくちしょうゆ 6:○ 塩 0.4:△ こしょう 0.02:△ チンゲンサイ 14:○ 水 104:○ 卵◆ 35:○ わかめ(塩蔵) 5:○ だいこん 40:△ にんじん 15:△ しめじ 10:△ ねぎ 2:△ うすくちしょうゆ 4:○ しょうが 0.2:△ こしょう 0.02:△ けずり節 3:○ 水 150:○ はるさめ 10:○ 鶏肉ミンチ(むね) 20:○ 酒 0.5:△ しょうが 0.3:△ にんにく 0.1:△ 綿実油 1:○ にんじん 15:△ 干しいたけ 0.3:△ にら 5:△ にら 2:○ 砂糖 0.3:○ こしょう 0.03:△ トウバンジャン 0.2:○	8:○ もずく 10:○ たまねぎ 15:△ にんじん 20:△ たまねぎ 20:△ 干しいたけ 0.4:△ もやし 10:△ しょうが 1:○ ごま 1:○ チンゲンサイ 14:○ 水 104:○ 0.02:△ 2:○ 0.5:△ 160:○ 35:○ 1:○ 3:○ 7:○ 4:○ 50:○ 3:○ 1.5:○ 2:○ 0.3:△ 4:○ 1:○ 3.5:△ 8:○ 0.4:○ 50:○	12:○ 鶏肉 40:○ 調理ワイン 0.5:△ いんげんまめ(乾燥) 30:△ さつまいも 10:△ にんじん 10:△ うすくちしょうゆ 2:○ 塩 0.5:△ こしょう 0.02:△ ごま油 0.5:△ 豆乳 1:○ けずり節 1:○ 水 150:○ 鶏肉ミンチ(むね) 20:○ 酒 0.5:△ しょうが 1:○ 綿実油 0.5:△ かぶ 50:△ にんじん 10:△ 鮎だめ(むね) 5:△ うすくちしょうゆ 2:○ にんにく 0.2:△ 塩 0.8:△ 本みりん 0.3:○ でんぶ 0.5:△ 水 10:○ しらすばし 3:○ 酒 0.5:△ ごま 25:○ こいくちしょうゆ 0.5:△ 砂糖 0.3:○ 綿実油 0.2:△ ごま 1.5:○	
エネルギー/蛋白質	683kcal/27.8g	678kcal/27.3g	632kcal/22.9g	712kcal/22.6g	664kcal/25.0g	637kcal/22.4g	610kcal/23.0g	680kcal/23.0g	633kcal/22.8g	612kcal/24.7g

○…赤色の食品(おもに体をつくるものとなる食品) □…黄色の食品(おもにエネルギーのもととなる食品) △…緑色の食品(おもに体の調子を整えるものとなる食品) ※上記材料は、天候等により急ぎ変更する場合があります。 平均栄養摂取量 エネルギー 678kcal たんぱく 24.8g

物資配合表
令和6年度
(2024年度)
11月改訂版発布
のお知らせ下記物資を物資配
合表に追加および
内容変更しました
のでおしらせいた
します。
物資配合表の最
新版は、塚塚市の
ホームページから
ダウンロードもし
くは、学校までお
申し出ください。

規格変更

マヨネーズ

[原材料]
食用植物油、卵黄、
醸造酢、食塩、砂糖
類(粉末水あめ、砂
糖)、香辛料、調味料
(アミノ酸)、香辛料
抽出物、清水
※特定アレルギー:
大豆、卵、小麦

新規食材

ナン

[原材料]
小麦粉、イースト、小
麦たん白、砂糖、食塩、
ショートニング、食用
なたね油、仕込み水
※特定アレルギー:
小麦

黒豆きな粉

[原材料]
黒大豆
※特定アレルギー:
大豆
(なお、中学校の11
月分献立での「ナン」
「黒豆きな粉」の使
用はありません。)