

令和7年度

給食回数 18 回



11 月 献 立 表



佐野市立北部学校給食センター

日 曜	献 立 名	主 な 材 料						学校給食摂取基準 ⑤児童 ⑥生徒		
		体をつくるものになる 【あ か】		体の証紙を整えるものになる 【みどり】		エネルギーのもとになる 【きいろ】		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂 質 g
		魚・肉・卵 豆・豆製品 (主にたんぱく質)	牛乳・小魚 海藻 (主にカルシウム)	緑黄色野菜 (主にカロテン)	その他の野菜 果物 (主にビタミンC)	穀類・いも類 砂糖 (主に炭水化物)	油脂 (主に脂肪)	650	26.0	18.0
4	火	黒コッペパン 白身魚フライ(ソース) チキンサラダ ワタンスープ	牛乳 ぶり肉	牛乳	にんじん こまつな	キャベツ きゅうり たまねぎ もやし	パン さとう パン粉 ワタンの皮	690	27.6	27.0
								835	33.0	31.6
5	水	もち麦ごはん マーボードウフ ポークしゅうまい 2こ ほうれんそうのナムル	牛乳 とうふ ぶり肉 大豆 みそ ハム	牛乳	ほうれんそう	ねぎ もやし	ごはん もち麦 さとう でんぷん しゅうまいの皮	668	29.7	20.4
								810	34.4	22.5
6	木	スライスコッペパン フランクフルトのケチャップソースかけ イタリアンサラダ コーンポタージュ	牛乳 フランクフルト	牛乳 生クリーム	にんじん	きゅうり キャベツ たまねぎ とうもろこし	パン	630	23.1	26.2
								782	28.7	32.7
7	金	セルフピビンパ(ごはん ピビンパの具) わかめとたまごのスープ オレンジ	牛乳 ぶり肉 たまご	牛乳 わかめ	ほうれんそう にんじん	大豆もやし たまねぎ オレンジ	ごはん でんぷん	609	23.8	18.0
								752	28.1	20.2
10	月	ごはん 佐野市産なっとう 肉じゃが 小松菜のごまあえ	牛乳 なっとう	牛乳	にんじん こまつな	たまねぎ グリーンピース もやし	ごはん じゃがいも さとう	695	28.5	17.6
								840	32.1	18.9
11	火	バターコッペパン(県産小麦使用) とり肉のマーレードソースかけ シーザーサラダ やさいスープ 県産ヨーグルト	牛乳 とり肉 ハム ベーコン	牛乳 ヨーグルト	にんじん	きゅうり キャベツ とうもろこし たまねぎ キャベツ かんきつ果汁(ゆず 夏みかん いまかん)	パン でんぷん じゃがいも さとう	701	30.1	27.9
								826	35.1	32.2
12	水	ごはん さばのてりやき 切干し大根の煮つけ かきたま汁	牛乳 さば とり肉 油あげ たまご とうふ	牛乳	にんじん こまつな	切干し大根 ねぎ	ごはん さとう でんぷん	633	26.2	19.9
								787	31.3	22.8
13	木	ミニ米粉パン 煮こみうどん ちくわのいそべあげ 小1本・中2本 コーン入りおひたし ㊥チーズ	牛乳 とり肉 なんと ちくわ	牛乳 青のり ㊥チーズ	にんじん こまつな ほうれんそう	ねぎ しめじ もやし とうもろこし	米粉パン うどん 天ぷら粉	610	27.9	18.9
								805	37.0	26.5
14	金	ごはん ぶり肉のうま煮 キャベツときゅうりのあさづけ 大根となめこのみそ汁	牛乳 ぶり肉 とうふ みそ	牛乳	にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり なめこ ねぎ だいこん	ごはん さとう	619	26.3	17.4
								765	31.1	19.4
17	月	◆日本味めぐり～宮崎県～◆ ごはん チキンなんばん(小袋タルタルソース) 大根サラダ さぶ汁	牛乳 とり肉 生あげ かまぼこ	牛乳	にんじん かぼちゃ	だいこん きゅうり たまねぎ ぎょう しいだけ	ごはん さとう でんぷん じゃがいも	699	24.4	23.0
								862	29.2	26.2
18	火	ミニチーズコッペパン ツナのトマトスパゲティ オムレツ ほうれんそうとコーンのソテー	牛乳 ツナ たまご ウインナー	牛乳 粉チーズ	にんじん トマト ほうれんそう	たまねぎ しめじ とうもろこし	パン スパゲティ	641	26.9	28.5
								801	32.7	33.5
19	水	もち麦ごはん ポークカレー かふうサラダ プリン	牛乳 ぶり肉 ハム たまご	牛乳	にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり もやし	ごはん もち麦 じゃがいも はるさめ さとう	702	21.6	18.0
								849	24.9	19.8
20	木	食パン コロケ(ソース) ミートボールスープ フルーツクリーム	牛乳 とり肉	牛乳 生クリーム	にんじん こまつな	はくさい たまねぎ みかん もも パインアップル	パン さとう じゃがいも パン粉	660	20.1	27.4
								762	23.2	30.4
21	金	ごはん いわしのおかか煮 五目きんぴら はくさいのみそ汁	牛乳 いわし ぶり肉 さつまあげ 油あげ みそ	牛乳	にんじん	ごぼう はくさい ねぎ	ごはん さとう	613	22.7	18.5
								767	27.3	21.3
25	火	ミニキャラメルコッペパン しょうゆラーメン はるまき チョコレギサラダ	牛乳 ぶり肉 なんと	牛乳 のり	にんじん	もやし ねぎ とうもろこし きゅうり キャベツ たまねぎ	パン 中華めん はるまきの皮	640	21.1	25.6
								776	25.4	27.8
26	水	ごはん きのこソースハンバーグ ひじきのいり煮 とうふのすまし汁	牛乳 とり肉 ぶり肉 みそ 油あげ とうふ	牛乳 ひじき	にんじん こまつな	たまねぎ まいだけ えのきたけ しめじ ねぎ	ごはん さとう でんぷん	644	24.4	19.9
								811	29.7	23.3
27	木	パンブキンコッペパン クリームシチュー ブロッコリーサラダ りんごゼリー	牛乳 ぶり肉 ハム	牛乳	にんじん ブロッコリー	たまねぎ グリルピーズ ｶﾌﾌｰ とうもろこし りんご果汁	パン じゃがいも さとう	646	23.9	22.5
								764	28.2	25.8
28	金	ごはん 親子煮 白菜の塩こんぶあえ じゃがいもと小松菜のみそ汁 ㊥小魚	牛乳 とり肉 たまご 油あげ みそ こおりとうふ	牛乳 こんぶ ㊥ｶｸｲﾅｲﾅ	にんじん こまつな	たまねぎ グリーンピース はくさい きゅうり	ごはん さとう じゃがいも	627	25.0	17.6
								794	31.7	19.8

※食材料購入の都合により、献立を一部変更する事があります。

※食べ物を誤飲しないように、ご家庭でも、よくかんで食べることをご指導ください。また、給食で使用している魚は大きな骨は取り除いていますが、小骨が残っている場合もあります。気を付けて食べましょう。



※ 10月分の給食費口座振替日は 11月10日です。未納とならないよう前日までにご登録の口座へご入金をお願いします。