

令和7年11月 学校給食予定献立表

日 曜	こんだて		体 の 中 で の 主 な は た ら き						その他 調味料	おやつ
			体をつくるものになる食品		体の調子を整える食品		エネルギーのもとになる食品			
			1群 たんぱく質	2群 無糖質	3群 ビタミン・無糖質	4群 ビタミン・無糖質	5群 炭水化物	6群 脂質		
			魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・小魚 海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	穀類・いも類 砂糖	油脂		
4 (水)	主食	米パン					米パン			おかし
	主菜	メンチカツ	★メンチカツ					油		
	副菜	スイートポテトサラダ		ごんじん	たまねぎ きゅうり	さつまいも	ノンエッグマヨネーズ	塩 こしょう		
	副菜	コンソメスープ	ウインナー	小松菜 ごんじん	キャベツ セロリ たまねぎ			野菜ブイヨン 塩 こしょう		
	他	牛乳		牛乳						
5 (木)	主食	ごはん					ごはん			みそ焼おにぎり
	主菜	ハンバーグ和風おろしソース	★ハンバーグ		大根 長ねぎ	砂糖 でん粉		しょうゆ 酒 みりん		
	副菜	ごまあえ		ほうれん草 ごんじん	キャベツ	砂糖	ごま	しょうゆ		
	副菜	けんちん汁	豆腐	ごんじん	大根 ごぼう 長ねぎ しいたけ	塩 こんにゃく	油	醤油だし しょうゆ 塩		
	他	牛乳		牛乳						
6 (金)	主食	ごはん					ごはん			揚げバナナ
	主菜	さんまのかば焼き	★さんまでん粉付き			砂糖	油	しょうゆ みりん 酒		
	副菜	鮎魚のりっちゃんサラダ	ハム かつお節	塩ごんじ	ごんじん トマト	キャベツ きゅうり とうもろこし	砂糖	油	酢 塩 こしょう	
	副菜	さつまいもときのこのみそ汁	油揚げ みそ		ごんじん	大根 ごぼう 長ねぎ	さつまいも こんにゃく		醤油だし	
	他	牛乳		牛乳						
7 (土)	主食	次郎焼酎小豆パン					次郎焼酎小豆パン			ととやき (チョコ)
	主菜	チョコクリーム					★チョコクリーム			
	主菜	タンダーチキン	鶏肉	★ヨーグルト		たまねぎ にんにく	オリーブオイル	カレー粉 しょうゆ 塩 こしょう パラリカ粉		
	副菜	ブロッコリーサラダ			ブロッコリー ごんじん	キャベツ とうもろこし	オリーブオイル 油	酢 塩 こしょう		
	副菜	ポテトスープ	ベーコン		ほうれん草 ごんじん	たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも		野菜ブイヨン 塩 こしょう	
10 (月)	主食	ごはん					ごはん			チーズ巻焼き
	主菜	鮎魚のみみじ焼き	鮎切巻	牛乳 粉チーズ	ごんじん			ノンエッグマヨネーズ	塩	
	副菜	れんこんのきんぴら	★さつま揚げ		ごんじん	れんこん 枝豆 ししいたけ	砂糖	ごま油	しょうゆ みりん	
	副菜	塩ちゃんこ汁	鶏肉 厚揚げ		ごんじん	大根 ごぼう 長ねぎ キャベツ			チキンガラスープ 塩	
	他	牛乳		牛乳						
11 (火)	主食	ソフトメン					ソフトメン			おかし
	主菜	あんかけうどん汁	鶏肉		小松菜 ごんじん	大根 ごぼう 長ねぎ しいたけ	でん粉	油	醤油だし しょうゆ 酒 みりん 塩	
	副菜	土佐あえ	★かまぼこ かつお節		小松菜	きゅうり キャベツ	三温糖		しょうゆ 酢	
	副菜	大塚屋 大塚屋					さつまいも 砂糖	ごま 油	しょうゆ	
	他	牛乳		牛乳						
12 (水)	主食	ごはん					ごはん			チョコチップ スコーン
	主菜	シュクメルリ	鶏肉	牛乳 チーズ 生クリーム	パセリ ごんじん	たまねぎ しめじ エリンギ にんにく	さつまいも 米粉	油	野菜ブイヨン 塩 こしょう	
	副菜	ひじきとベーコンのサラダ	ベーコン	ひじき	ごんじん	キャベツ	砂糖	油	しょうゆ みりん 酢 塩 こしょう	
	他	牛乳		牛乳						
	他	牛乳		牛乳						
13 (木)	主食	ごはん					ごはん			手作りの ポテトフライ
	主菜	さんまのしょうが煮	さんまのしょうが煮							
	副菜	和風サラダ	焼くわ		ごんじん	キャベツ もやし		ごま マヨネーズ	しょうゆ	
	副菜	豚汁	豚肉 豆腐 みそ		ごんじん	大根 長ねぎ ごぼう	じゃがいも		和風だし	
	他	牛乳		牛乳						
14 (金)	主食	キャラメル揚げパン					コッペパン ★キャラメル牛乳の素	油		焼プリンタルト
	主菜	チキンたっぷりポトフ	鶏肉		パセリ ごんじん	たまねぎ 大根	じゃがいも		野菜ブイヨン 塩 こしょう	
	副菜	クルトンサラダ			ブロッコリー ごんじん	キャベツ とうもろこし	★クルトン	ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル	酢 塩 こしょう	
	他	牛乳		牛乳						
	他	牛乳		牛乳						

☆小魚類（しらす・ちりめんじゃこ等）は、えび・かにを食べているか、えび・かにが混ざる漁場で採取しています。

茨城町学校給食共同調理場

日 曜	こんだて		体 の 中 で の 主 な は た ら き								その他 調味料	おやつ
			体をつくるものになる食品		体の調子を整える食品		エネルギーのもとになる食品					
			1群 たんぱく質	2群 無機質	3群 ビタミン・無機質	4群	5群 炭水化物	6群 脂質				
			魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・小魚 海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	穀類・いも類 砂糖	油脂				
17 (月)	主食	ごはん					ごはん				黒糖蒸しパン	
	主菜	さばの香ばしダレ	★さばでん粉付き			しょうが にんにく 長ねぎ	砂糖	油 ごま油	しょうゆ 酢			
	副菜	もやしとにらのあえもの		ごんじん にら	もやし	三温糖	ごま油	しょうゆ				
	副菜	美だくさん汁	豚肉 豆腐 みそ	小松菜	大根 ごぼう	じゃがいも こんにゃく		混合だし				
	他	牛乳		牛乳								
18 (火)	主食	茨城県産小麦パン					茨城県産小麦パン				クレープ (カスタード)	
	主菜	スラッピー・ジョー	豚肉 大豆	ごんじん	たまねぎ しいたけ	砂糖 ★パン粉	卵卵バター	ウスターソース ケチャップ こしょう				
	副菜	コールスロー		ごんじん	キャベツ きゅうり 白菜		油 ノンエッグマヨネーズ	酢 塩 こしょう				
	副菜	にらたまスープ	卵 ハム 豆腐	ごら	たまねぎ	でん粉		野菜ブイヨン 塩 しょうゆ				
	他	牛乳		牛乳								
19 (水)	主食	ごはん					ごはん				ツナ焼サンド	
	主菜	肉じゃが	豚肉	ごんじん	たまねぎ だけのこ しいたけ	じゃがいも 砂糖 こんにゃく	油	しょうゆ みりん				
	副菜	五色あえ	ハム ★いり玉子	ほうれん草 ごんじん	白菜	砂糖	油	しょうゆ 酢				
	副菜	納豆	★納豆									
	他	牛乳		牛乳								
20 (木)	主食	麦ごはん					麦ごはん				チュロス	
	主菜	れんこん入りガリオライスの具	鶏肉	ピーマン ごんじん	れんこん たまねぎ だけのこ しいたけ しょうが	じゃがいも 砂糖	油	★オ伊斯ターソース 塩 酒 しょうゆ 一徳庵辛子 ★パプリカソース				
	副菜	にんにくとごまドレッシングサラダ	まぐろ	小松菜 赤パプリカ 黄パプリカ	キャベツ きのこ にんにく ★アップルソース		オリーブオイル ごま	しょうゆ 酢				
	副菜	ヨーグルト		★ヨーグルト								
	他	牛乳		牛乳								
21 (金)	主食	はちみつパン					はちみつパン				おかし	
	主菜	鶏肉とコーンのチリマト煮	鶏肉	パセリ トマト	たまねぎ とうもろこし	砂糖 米粉	油 無塩バター	野菜ブイヨン 白ワイン 塩 こしょう チリパウダー ケチャップ				
	副菜	大根サラダ	ベーコン	ごんじん	大根 枝豆 にんにく		油	酢 塩 こしょう				
	他	牛乳		牛乳								
	主食	ソフトメン					ソフトメン					
25 (火)	主菜	肉うどん汁	豚肉 ★かまぼこ 油揚げ	小松菜 ごんじん	たまねぎ 長ねぎ			混合だし しょうゆ 塩 みりん			みかんゼリー	
	副菜	ごんじんとコーンのあえもの		ごんじん	もやし とうもろこし	砂糖	ごま油	しょうゆ				
	副菜	オレンジとチーズの煮しパン		チーズ	★オレンジジュース	★ホットケーキミックス ★マーマレード						
	他	牛乳		牛乳								
	主食	ごはん					ごはん					
26 (水)	主菜	ドライカレー	豚肉	ごんじん	たまねぎ グリンピース しょうが にんにく とうもろこし	小麦粉	卵卵バター 油	ウスターソース カレー粉 しょうゆ ケチャップ 塩			さつまいも マフィン	
	副菜	スパイスサラダ		ごんじん	キャベツ きゅうり たまねぎ		オリーブオイル	酢 塩 チリパウダー からし粉 パプリカ粉 こしょう				
	他	牛乳		牛乳								
	主食	ごはん					ごはん					
	主菜	鶏肉のしモン煮	鶏肉		レモン	でん粉 砂糖	油	しょうゆ 酒				
27 (木)	副菜	ほうれん草とツナのあえもの	まぐろ	ほうれん草 ごんじん	もやし			しょうゆ 酢			たまご ロールパン	
	副菜	春雨スープ	豆腐	チンゲンサイ	たまねぎ しいたけ しょうが	醤油	ごま油	チキンガラスープ 塩 しょうゆ こしょう 酒				
	他	牛乳		牛乳								
	主食	ミルクパン					ミルクパン					
	主菜	白身魚フライ	★白身魚フライ				油					
28 (金)	副菜	チキンとコーンのサラダ	鶏肉	ごんじん	キャベツ とうもろこし レモン	ごま 油	粒マスタード 酢 塩 こしょう				おかし	
	副菜	大根と青豆のスープ	ベーコン	小松菜 ごんじん	たまねぎ セロリ マッシュルーム	じゃがいも 大根	野菜ブイヨン 塩 こしょう					
	他	牛乳		牛乳								
	主食	ごはん										
	主菜	ミルクフライ										

※ 都合により、献立や材料を変更することがありますので、ご了承ください。

茨城町の食材は、米・にら・長ねぎです。
ひめ丸くんウィークの茨城町産の食材は、米・にら・長ねぎ・ごぼう・小松菜・大根・にんじん・
キャベツ・白菜・ピーマン・赤パプリカ・黄パプリカです。
茨城県産の食材は、ソフトメン・牛乳・卵・豚肉・さつまいもです。



茨城町のマスコットの ひめ丸くんです。
ひめ丸くんのマークが付いている食材は 茨城町産 です。