令和８年11月分 学校給食予定献立表

四條畷市立学校給食センター　TEL:072-876-8310

※(小)印は小学校、(中)印は中学校及び支援学校のみの献立になります。

月	火	水	木	金
2日 ごはん にくだんごとチンゲンさいのスープ ミートボール たわらさんチンゲンさい にんじん たまねぎ たけのこ とうふ はるさめ ホールコーン ほししいたけ とりガラスープ しょうゆ りょうりしゅ しお こしょう あぶら みず ぶたキムチ ぶたかたロース にんじん ニラ はくさいキムチ さとう しお みりん しょうゆ ごまあぶら ぎゅうにゅう	＜学校給食センターからのお知らせ＞ ＊献立はやむを得ない事情により、変更する場合があります。ご了承ください。 ＊現在週3日の米飯給食を実施し、給食の半分以上の献立が、お箸の使用に適した内容となっています。 お箸は各自で毎日ご持参ください。	**4日** ごはん とりすきふうに とりにく はくさい しろねぎ にんじん たまねぎ あつあげ ふ こんにゃく あぶら さとう しょうゆ みりん りょうりしゅ ホッケいちやぼし　1きれ ほっけ 鮭花 ぎゅうにゅう	**5日** パーカーパン やさいスープ じゃがいも ウインナー たまねぎ キャベツ にんじん マッシュルーム パセリ ポークガラスープ しょうゆ しお こしょう あぶら みず ミンチカツ　1コ あぶら こまつなのソテー たわらさんこまつな ボンレスハム しお こしょう あぶら ぎゅうにゅう	**6日** ごはん あつあげとキャベツのみそいため あつあげ キャベツ ぶたにく にんじん たまねぎ たけのこ ほししいたけ しょうが あぶら ポークガラスープ しお こしょう しょうゆ テンメンジャン オイスターソース トウバンジャン りょうりしゅ さとう でんぷん みず バンバンジー とりささみにく だいずもやし きゅうり しおちゅうかドレッシング クラス1ぽん ぎゅうにゅう
9日 ごはん しらたまいりさわにわん ぶたにく もち にんじん だいこん たけのこ あぶらあげ ほししいたけ たわらさんあおねぎ だしこんぶ けずりぶし しょうゆ しお みりん りょうりしゅ みず とりのからあげ チリソース とりにく でんぷん あぶら たまねぎ しょうが にんにく トマトケチャップ トウバンジャン さとう しお しょうゆ す みず ぎゅうにゅう	**10日** ココアコッペパン かぶのクリームシチュー とりにく かぶ はくさい たまねぎ にんじん しめじ マッシュルーム さんどまめ ばいせんこむぎこ(ルウ) バター(ルウ) あぶら(ルウ) とりガラスープ しお こしょう ぎゅうにゅう こなチーズ しろワイン なまクリーム あぶら みず のりしおポテト パラペーコン じゃがいも ホールコーン しお こしょう あおのり あぶら のむヨーグルト(ジョア・ブルーベリー) ぎゅうにゅう	**11日** ごはん とうふとわかめのみそしる とうふ わかめ あぶらあげ にんじん じゃがいも だいこん えのきたけ たわらさんあおねぎ あかみそ しろみそ ウルメぶし みず ゆかりふりかけ 1ふくろ サバしおこうじづけ サバしおこうじづけ　1きれ さば 鯖 チンゲンさいとハムのいためもの たわらさんチンゲンさい ボンレスハム しお さとう しょうゆ あぶら ぎゅうにゅう	**12日** きりめいりげんりょうコッペパン ファイバーゼリーいりフルーツミックス りんごかん パインかん おうとうかん やさいいりファイバーゼリー ファイバーゼリーは、りんご果汁・にんじん・オレンジ果汁・かぼちゃを使用しています。 やきそば やきそばめん ぶたにく キャベツ もやし にんじん たまねぎ しお こしょう とんかつソース ウスターソース あぶら パンに切り目が入っているので、焼きそばをはさんで、焼きそばパンにして食べてもおいしいよ！ ぎゅうにゅう	**13日** ごはん こんさいいりカレーライス ぶたにく にんにく しょうが じゃがいも たまねぎ だいこん にんじん れんこん ごぼう さんどまめ トマトみずに こめこのカレールウ ポークガラスープ しお しょうゆ あぶら みず パン皿 わかめサラダ ツナかん きゅうり わかめ かんきつドレッシング クラス1ぽん ぎゅうにゅう
16日 ごはん おでん とりにく にんじん じゃがいも だいこん こんにゃく うずらたまご あつあげ タコボール しょうゆ さとう ウルメぶし あぶら みず たこ 蛸 ほうれんそうしゅうまい ほうれんそうしゅうまい　2コ ひとり2コずつ配って下さいね！ ぎゅうにゅう	**17日** きりめいりバターうすまきパン じゃがいものスープ じゃがいも ロースハム たまねぎ にんじん しめじ ホールコーン たわらさんこまつな しょうゆ しお こしょう ポークガラスープ あぶら みず トマトケチャップ クラス1ぽん ハンバーグ ハンバーグ　1コ キャベツソテー キャベツ しお こしょう あぶら ぎゅうにゅう	**18日** わかめごはん かやくうどん うどん ぶたにく なると にんじん たわらさんあおねぎ はくさい あぶらあげ けずりぶし だしこんぶ みりん しょうゆ みず やさいかきあげ やさいかきあげ　1コ あぶら のむヨーグルト(ジョア・ストロベリー) ぎゅうにゅう	**19日** こめこコッペパン ポークビーンズ ぶたかたロース だいず きんときまめ たまねぎ じゃがいも にんじん しめじ さんどまめ トマトみずに トマトケチャップ チリソース ウスターソース しお さとう あぶら にんにく ポークガラスープ あかワイン みず イカときゅうりのサラダ イカ きゅうり わかめ ツナかん 烏賊 イタリアンドレッシング クラス1ぽん ぎゅうにゅう	**20日** ごはん ワンタンスープ とりにく ワンタンかわ たまねぎ にんじん たわらさんチンゲンさい もやし ほししいたけ あぶら とりガラスープ しお こしょう りょうりしゅ しょうゆ みず おかかふりかけ 1ふくろ チンジャオロース ぶたにく にんにく ピーマン たけのこ じゃがいも オイスターソース しょうゆ こしょう さとう りょうりしゅ みりん あぶら カットみかん 1ふくろ ぎゅうにゅう
食物アレルギーをお持ちの方々へ 食品メーカー・学校給食センター・パン工場・米飯工場では、原材料として使用していないにも関わらず、アレルギー物質が微量混入してしまう可能性（コンタミネーション）があります。 機械や器具の洗浄・消毒が適切になされているため、コンタミネーションの可能性はないに等しいのですが、心配な食材があるときは、学校給食センターまでご連絡ください。	**24日** スイートポテトコッペパン ミートボールシチュー ミートボール じゃがいも たまねぎ にんじん ホールコーン グリンピース ウスターソース ポークガラスープ さとう ばいせんこむぎこ(ルウ) バター(ルウ) あぶら(ルウ) トマトケチャップ トマトピューレ スキムミルク あかワイン しお こしょう あぶら みず フルーツミックス れいとうシャインマスカットゼリー りんごかん おうとうかん パインかん ぎゅうにゅう	**25日** ごはん みそラーメン ぶたにく にんじん たまねぎ たけのこ はくさい もやし たわらさんあおねぎ ちゅうかめん ラーメンスープ(みそ) こしょう あぶら ごまあぶら みず シイラフライ シイラフライ　1コ あぶら しいら 鰄(鰹) ちゅうのうソース 1ふくろ ぎゅうにゅう	**26日** アップルパインコッペパン ウインナーのポトフ ウインナー じゃがいも たまねぎ だいこん にんじん たもぎたけ たわらさんこまつな あぶら ポークガラスープ しろワイン しお こしょう みず チキンとだいずのサラダ とりささみにく だいず きゅうり ホールコーン シーザーサラダドレッシング クラス1ぽん ぎゅうにゅう	**27日** ごはん こまつないりすましじる とりにく とうふ だいこん にんじん たわらさんこまつな こんにゃく あぶらあげ ほししいたけ けずりぶし だしこんぶ しょうゆ りょうりしゅ みりん しお みず ぶたそぼろどん ぶたミンチ たまねぎ にんじん ごぼう しょうが しょうゆ みりん りょうりしゅ さとう あぶら ぎゅうにゅう
30日 ごはん マーボーはるさめ はるさめ ぶたミンチ あかみそ しょうが たまねぎ にんじん たわらさんあおねぎ しろねぎ ほししいたけ たけのこ あぶら しょうゆ トウバンジャン テンメンジャン オイスターソース りょうりしゅ さとう ポークガラスープ みず にくまん にくまん　1コ のむヨーグルト(アシドミルク・プレーン) ぎゅうにゅう	＜地場産物の使用について＞ 今月は、四條畷市田原産のチンゲン菜・小松菜・青ねぎを使います。 チンゲン菜：2日(月)・11日(水)・20日(金) 小松菜：5日(木)・17日(火)・26日(木)・27日(金) 青ねぎ：9日(月)・11日(水)・18日(水)・25日(水)・30日(月) ★よく味わって、地元の味を知りましょう★			

主な食材の産地について（9月24日～10月20日）

青ねぎ・小松菜・チンゲン菜　大阪（四條畷）　ごぼう　千葉
きゅうり　福島・佐賀・北海道　さつまいも　徳島　里芋　愛知
じゃがいも　北海道　人参　北海道　大根　北海道・青森
玉ねぎ　北海道　ニラ　高知　白菜　長野　もやし　岐阜
えのき茸　長野　しめじ　長野・福岡　牛ミンチ　北海道・高知
鶏肉　長崎・鹿児島　豚肉　北海道・鹿児島・熊本・宮崎・長崎
豚肩ロース　宮崎　プレーンオムレツ　鹿児島・宮崎・熊本
お月見デザート　青森・山形・佐賀・和歌山・大阪
福神漬け　静岡・埼玉・群馬　カツオミンチカツ　静岡・宮城
里芋コロッケ　埼玉　餃子　新潟・群馬・北海道・長崎・青森

＊産地の詳細や11月分の栄養価は、ホームページに記載しております。