



令和7年 11月分献立表



豊川市学校給食課(南部学校給食センター)

日	曜	献立名	主な食品とその働き						メモ欄
			赤／体をつくる		緑／体の調子を整える		黄／エネルギーになる		
			1 群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2 群 牛乳・乳製品 小魚・海藻	3 群 緑黄色野菜	4 群 その他の野菜・果物・きのこ	5 群 米・パン・めん いも・砂糖	6 群 油脂・種実	
4	火	ソフトめん 牛乳 米粉のカレーソース えびカツ フレンチサラダ		牛乳 ぶた肉 豆乳 えび たら	にんじん	たまねぎ たまねぎ にんじん	ソフトめん じゃがいも でんぶん パン粉 小麦粉 フレンチドレッシング		
5	水	ごはん 牛乳 いりどり いわしのうめ煮 きゅうりの塩こんぶあえ 〔塩こんぶ〕 なしゼリー		牛乳 とり肉 いわし 塩こんぶ 〔こんぶ〕	にんじん さやいんげん	ごぼう こんにゃく 干しいたけ たけのこ れんこん 梅肉 きゅうり キャベツ しょうが なし果汁 ラ・フランスピューレ	ごはん さとう さとう でんぶん 〔さとう〕 さとう	油	なしゼリー:学校配送
6	木	ごはん 牛乳 ぶた汁 さつまいもコロッケ ひじきと大豆の煮付け		牛乳 ぶた肉 とうふ 冷凍油揚げ 赤みそ 水煮大豆 揚げはん ひじき	はねぎ にんじん さやいんげん	たまねぎ だいこん たけのこ	ごはん さつまいも パン粉さとう 小麦粉 でんぶん コーングリッツ さとう	油	
7	金	麦ごはん 牛乳 米粉のハヤシライス オムレツ コールスローサラダ		牛乳 牛肉 豆乳 鶏卵	にんじん 冷凍トマト にんじん	たまねぎ マッシュルーム キャベツ コーン	ごはん 大麦 じゃがいも さとう でんぶん コールスロードレッシング	油	
10	月	ごはん 牛乳 すまし汁 カミカミとりだいこん みかん		牛乳 かまぼこ 冷凍とうふ とり肉	にんじん みつば にんじん	たまねぎ たけのこ えのきたけ だいこん むきえだ豆 みかん	ごはん 米粉 さとう	油	
11	火	ごはん 牛乳 肉じゃが けんちんしのだ ミニトマト(2こ) ㊦角チーズ		牛乳 ぶた肉 とうふ 油揚げ たら 角チーズ	にんじん さやいんげん にんじん ミニトマト	おろししょうが こんにゃく たまねぎ	ごはん じゃがいも さとう さとう でんぶん	油	豊川産ミニトマトの日
12	水	ごはん 牛乳 きのこ汁 さばのみそ煮 お好みあえ 〔福神漬〕 くりまんじゅう		牛乳 とり肉 冷凍油揚げ さば みそ	にんじん 〔しそ〕	たまねぎ しいたけ エリンギ しめじ 根深ねぎ キャベツ きゅうり 福神漬 〔だいこん うり なす れんこん きゅうり しょうが なた豆〕	ごはん でんぶん さとう 〔さとう〕 手む豆 さとう ライマメ マロンペースト 小麦粉 くるロールパン	油	くりまんじゅう:学校 配送
13	木	くろロールパン 牛乳 ミートボールのトマト煮 〔ミートボール〕 コーングラタン ツナとやさいのソテー		牛乳 水煮大豆 ミートボール 〔ぶた肉 牛肉 とり肉〕 おから 豆乳 大豆粉 まぐろ油漬	にんじん 冷凍トマト にんじん ピーマン	たまねぎ むきえだ豆 マッシュルーム 〔たまねぎ〕 コーン たまねぎ にんにく キャベツ	ごはん じゃがいも さとう 〔でんぶん〕 じゃがいも 米粉 さとう	油 〔油〕	
14	金	ごはん 牛乳 細切りやさいの炒め煮 ちくわの青じそ揚げ(㊦1・2年1こ・その他2こ) ごまあえ		牛乳 赤みそ ぶた肉 ちくわ	にんじん 青じそフレーク にんじん ほうれんそう	ごぼう たまねぎ こんにゃく たけのこ おろししょうが 干しいたけ キャベツ	ごはん さとう 米粉 さとう すりごま いりごま	油	
17	月	ごはん 牛乳 いなか汁 さといものそぼろあんかけ みかん		牛乳 冷凍油揚げ ぶた肉	にんじん はねぎ	ごぼう たまねぎ こんにゃく だいこん おろししょうが みかん	ごはん さといも さとう でんぶん	油	
18	火	白玉うどん 牛乳 みそ煮込みうどん いなりずし 青菜あえ 〔なめしの素〕 ヨーグルト		牛乳 とり肉 かまぼこ 赤みそ 油揚げ 〔かつおぶし〕 ヨーグルト	にんじん なめしの素 〔青菜〕	えのきたけ はくさい 根深ねぎ キャベツ きゅうり	白玉うどん さとう でんぶん 米 さとう 〔さとう〕	油	いなりずし:郷土料理 ヨーグルト:クラス配送
19	水	ごはん 牛乳 かきたま汁 キャベツ入りつくね ごぼうサラダ		牛乳 冷凍とうふ 液卵 とり肉 かつおぶし	にんじん 青じそ にんじん	たまねぎ えのきたけ キャベツ しょうが ごぼう コーン きゅうり	ごはん ココア糖 でんぶん でんぶん さとう えんどう豆 ごまドレッシング	油	豊川産青じその日
20	木	ごはん 牛乳 中華スープ ぶた肉のオイスターソース炒め りんご かんそう小魚		牛乳 なるとまき とうふ ぶた肉	わかめ チンゲンサイ	たまねぎ コーン たけのこ きくらげ りんご	ごはん さとう でんぶん さとう でんぶん	油	豊川産きくらげの日
21	金	ごはん 牛乳 白みそ汁 あじカレーフライ キャベツソテー なっとう		牛乳 冷凍油揚げ 白みそ あじ 大豆	にんじん はねぎ	たまねぎ だいこん キャベツ	ごはん じゃがいも パン粉 小麦粉 でんぶん さとう	油	なっとう:学校配送
26	水	麦ごはん 牛乳 マーボーどうふ ぎょうざ(㊦2こ・㊦3こ) もやしのナムル		牛乳 ぶた肉 冷凍とうふ 赤みそ ぶた肉	はねぎ にら ほうれんそう	おろししょうが たまねぎ キャベツ たまねぎ にんにく もやし にんにく	ごはん 大麦 さとう でんぶん パン粉 でんぶん さとう 小麦粉 さとう	油	
27	木	愛知の米粉入りパン 牛乳 かぶの豆乳クリーム煮 メンチカツ フルーツポンチ 〔白玉だんご〕		牛乳 とり肉 豆乳 ぶた肉 とり肉	にんじん ブロッコリー	たまねぎ かぶ たまねぎ パインレトルト ももレトルト	愛知の米粉入りパン さとう パン粉 小麦粉 でんぶん 白玉だんご 〔米粉 さとう〕	油	
28	金	ごはん 牛乳 だいこんのそぼろ煮 うの花はんぺん(㊦2こ・㊦3こ) れんこんのごま炒め		牛乳 ぶた肉 冷凍生揚げ たら おから にんじん さやいんげん	にんじん はねぎ にんじん	おろししょうが こんにゃく しめじ だいこん たけのこ たまねぎ れんこん	ごはん さとう でんぶん さとう さとう	油	

●献立表の㊦は小学校、㊦は中学校です。 ●食物アレルギーの確認は加工食品アレルギー表示表をご覧ください。 ●太字は愛知県産の予定です。
●調味料やだし等については予定献立表をご覧ください。 ●都合により献立及び食品を変更する場合があります。

給食レシピの紹介

ぶた肉のオイスターソース炒め

〈材料(4人分)〉

・サラダ油 …………… 小さじ1/2
・ぶたも肉 …………… 180g
・酒 …………… 大さじ1/2
・たけのこ水煮(短冊切り) …… 80g
・生きくらげ(せん切り) …… 4g
・チンゲンサイ(1cm) …………… 60g

〈作り方〉

・さとう …………… 小さじ1強
・しょうゆ …………… 大さじ1/2
・オイスターソース ……小さじ1強
・こしょう …………… 少々
・でんぶん …………… 小さじ1/4
①ぶたも肉に酒をふっしておく。
②フライパンにサラダ油を入れて熱し、ぶたも肉を入れて炒める。
③たけのこを入れて炒めたら、Aの調味料を入れる。
④きくらげとチンゲンサイを入れ、こしょうで味をととのえ、水ときでんぶんできもちをつける。

11月の「豊川産〇〇の日」

豊川でつくられた食材です！



ミニトマト



青じそ



きくらげ

豊川の美味しいミニトマトをたくさん食べてください。



豊川市東上町
はじめ
富永 啓さんです。



〇いなりん



学校給食課

予定献立表・加工食品アレルギー表示表・給食レシピ・食材産地などは豊川市学校給食課のホームページでご覧いただけます。

毎月19日は「食育の日～うちでごはんの日～」です