

令和7年

11月の予定献立表

南城市学校給食センター

TEL: 948-7145

食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる



*材料、その他の都合により献立を変更することがあります。
*魚や肉にはほねがついていることがありますので、よくかんで気をつけて食べましょう。

こ ん だ て	3(月)	文化の日		4(火)	 しのだ煮 栗ごはん はくさいのみそ汁	5(水)ごまの日	 ごまあえ ごはん とうがんのちゅうかに	6(木)	 ヨーグルトあえ ごはん ドライカレー	7(金) 11/8いい歯の日によせて	 カミカミあえ れんこんつくね ごはん アーサ汁
あ か き み ど り		ぎゅうにゅう とうふ とりく みそ わかめ しのだ煮 こめ くり だいこん にんじん はくさい		ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいず こめ でん粉 ごま油 だいたず油 さとう ごま きゅうり こまつな たまねぎ とうがん にんじん もやし きくらげ しょうが にんにく	ぎゅうにゅう ぶたにく ヨーグルト くらめ だいず こめ だいたず油 たまねぎ にんじん ピーマン みかん パイン 黄桃 マッシュルーム レーズン にんにく トマト	ぎゅうにゅう とうふ アーサ こめ さとう ごま レンコン入り平つくね きゅうり しょうが コーン にんじん 千切大根					
こ ん だ て	10(月)	 スライス チーズ タコスミート・やさい ごはん アルファベットスープ		11(火)	 カルフィッシュ ごはん きびごはん もずくスープ	12(水) 大中1の2「午後のエネルギー チャージ」献立	 チーズインハンバーグ (チーズ風ソースが入っています) ごはん セージ入りポトフ	13(木) 11/15・16ハーブサミットによせて	 にがなの白あえ うむくじあんだぎー ごはん きのこのみそしる	14(金) 大中1の7「ローズマリーって 知ってる？」献立	 手作りハーブ ケーキ やさいいため ごはん アーサのゆし豆腐汁
あ か き み ど り	ぎゅうにゅう ぶたにく スライスチーズ だいたず 無塩せきベーコン こめ じゃがいも マカロニ だいたず油 キャベツ きゅうり たまねぎ とうがん コーン にんじん ピーマン ブロッコリー にんにく	ぎゅうにゅう もずく なると とりく カルフィッシュ きび ことめ さとう ごま油 ごま だいたず油 ごぼう しょうが だいこん コーン にんじん ながねぎ えのき インゲン こんにゃく	ぎゅうにゅう とりく チーズインハンバーグ カクテルウインナー こめ じゃがいも だいたず油 キャベツ セロリ たまねぎ にんじん しめじ セージ にんにく	ぎゅうにゅう とうふ とりく みそ こめ ごまドレッシング うむくじあんだぎー だいこん にんじん ねぎ えのき しめじ ニガナ しいたけ こまつな	ぎゅうにゅう ゆし豆腐 アーサ たまご 無添加ポークランチョンミート こめ はちみつ オリーブ油 さとう こむぎこ だいたず油 キャベツ たまねぎ にら にんじん ねぎ もやし レモン しめじ ローズマリー						
こ ん だ て	17(月) 11/16いもの日によせて	 鶏肉とさつまいもの甘辛煮 ごはん とんじる		18(火)	 ノンエッグ タルタルソース チキン南蛮 ごはん 春雨スープ	19(水)	 チョコプリン さばのレモン ソースかけ きのこスパゲティ	20(木)琉球料理の日	 黒糖まんじゅう ゴーヤーチャンプルー ごはん ソーキ汁	21(金)おきなわ食材の日	 温州みかん うっちゃんライス イカメンチカツ
あ か き み ど り	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく とりく みそ こめ さとう さといも さつまいも だいたず油 ごぼう こまつな しょうが だいこん にんじん しいたけ れんこん 絹さや	ぎゅうにゅう デリカハム とりく こめ でん粉 さとう はるさめ ノンエッグタルタルソース だいたず油 こまつな にんじん しいたけ	ぎゅうにゅう さば ぶたにく 乳不使用マーガリン スパゲティ だいたず油 チョコプリン こまつな たまねぎ にんじん レモン きくらげ しめじ マッシュルーム にんにく しょうが	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく ツナ たまご こんぶ 無添加ポークランチョンミート こめ だいたず油 黒糖まんじゅう しょうが、だいこん、にがうり、にんじん、もやし	ぎゅうにゅう とりく イカメンチカツ こめ おおむぎ だいたず油 たまねぎ コーン にんじん ピーマン 温州みかん マッシュルーム うこん						
こ ん だ て	24(月)	 おんが感謝の日 振替休日		25(火) 11/24和食の日によせて	 サツマイモ 大福 切干大根サラダ ごはん いしかりじる	26(水)	 ブルーベリージャム (その他の地区) キャロットサラダ ごまきなトースト (佐敷・知念地区) 食パン(その他の地区) クリームスープ	27(木)	 ピビンパ あさりとかめスープ ごはん	28(金)	 もずく丼 チムシンジ ごはん
あ か き み ど り		ぎゅうにゅう 油揚げ ツナ みそ さけ こめ ごま油 さとう ごま おいもの大福 きゅうり だいこん にんじん ねぎ はくさい もやし しめじ 千切大根		ぎゅうにゅう きなこと とりく 脱脂粉乳 しろはなまめ しろいんげんまめ 食パン こむぎこ じゃがいも こくとう 生クリーム さとう マーガリン ごま だいたず油 にんじんドレッシング ブルーベリージャム キャベツ きゅうり たまねぎ コーン にんじん ウージパウダー	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいたず みそ わかめ あさり ちくわ こめ ごま油 さとう ごま だいたず油 こまつな しょうが だいこん にんじん ねぎ もやし えのき にんにく	ぎゅうにゅう もずく ぶたにく ぶたレバー こめ じゃがいも でん粉 さとう だいたず油 だいこん ねぎ しょうが たまねぎ コーン にんじん ピーマン あおまめ にんにく					
こ ん だ て	今月の欠食予定 4日(火)佐敷中3年 5日(水)佐敷中2・3年 6日(木)百名小1・2年、佐敷中2・3年 7日(金)佐敷中2・3年 10日(月)玉城小、船越小、馬天小、佐敷小、 知念小、大里南小、大里北小、知念中 14日(金)百名小3年 19日(水)大里中3年、玉城中2年 20日(木)船越小2年、大里南小2年、 大里中3年、玉城中2・3年 21日(金)百名小4年、大里中3年、 玉城中2年 25日(火)玉城中3年 26日(水)大里南小5年、玉城中3年 27日(木)大里南小5年		あ き の 実りの秋 食べ物を大切にいただきます こうてい きざ いろ ひ ひ あき ふか かん むかし にほん 校庭の木々が色づき、日に日に秋が深まってきたことを感じます。昔から日本 人にとって重要な穀物であるお米をはじめ、大豆やそば、里いもなど、さまざま な作物が収穫時期を迎えています。各地で収穫を祝うお祭りが開催され、11月 23日には「新嘗祭」という伝統的な宮中行事が行われます。この日は「勤労感 謝の日」として国民の祝日になっていますが、食べることは、たくさんの人の勤 労に支えられていることを忘れずに、日々の食事を大切にいただきます。								

※食物アレルギーのある児童生徒は、給食を食べる前に別紙の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学校においても毎日確認してください。