



令和6年 11月

学校給食予定献立表



野田市立北部中学校

日曜	献立名	主な材料とその働き						エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	備考 「はし」は 毎日持って きましょう。	
		主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーとなる				
		1群	2群	3群	4群	5群	6群			
1	金	ご飯					米	886kcal 18.4% 30.3% 2.8g	はし スプーン	
		牛乳		牛乳						
		煮込み風ハンバーグ	鶏肉 豚肉 大豆 卵	チーズ 牛乳		たまねぎ	パン粉 砂糖			油
		ジャーマンポテト	ベーコン		パセリ		じゃが芋			バター
		かぶのミルクスープ	鶏肉 白いんげん豆	牛乳 スキムミルク	にんじん かぶの葉 チンゲンサイ	たまねぎ かぶ	小麦粉			油 バター クリーム
カレーじゃこナッツ		いわし			砂糖	カシューナッツ				
5	火	中華丼	豚肉 大豆 かまぼこ いか うずら卵		にんじん	にんにくしょうが たまねぎ きくらげ たけのこ 白菜 ねぎ	米 大麦 片栗粉	油 ごま油	878kcal 14.9% 30% 3.2g	はし スプーン
		牛乳		牛乳						
		切干大根の中華和え			小松菜 にんじん	切干大根 きゅうり	砂糖	ごま油		
		ほうれん草と豆腐のスープ	豆腐 卵		にんじん ほうれんそう	たまねぎ ねぎ		油 ごま		
		アップルカスタードパイ	卵	牛乳		りんご レモン	パイ生地 砂糖 こめこ	バター		
6	水	カレーうどん	鶏肉 なたと油揚げ		にんじん ほうれんそう	たまねぎ ねぎ	片栗粉 うどん	油	823kcal 18.1% 30.2% 3.8g	はし フォーク
		牛乳		牛乳						
		豚肉ときくらげの炒め物	豚肉 卵		小松菜	しょうが にんにく きくらげ ねぎ	砂糖	油		
		わかめツナおにぎり	まぐろ	わかめ のり		しょうが	米	ごま		
		ミニチーズ 2個	チーズ							
7	木	ごぼう入り肉味噌丼	豚肉 鶏肉 大豆		にんじん ビーマン	ごぼう れんこん しょうが	米 発芽玄米 砂糖	油	848kcal 16.7% 28.3% 3.5g	はし スプーン
		牛乳		牛乳						
		かぼちゃのサラダ	卵	ひじき チーズ	かぼちゃ	きゅうり		油 ノンエッグマヨネーズ		
		むらくもスープ	豆腐 卵		にんじん ほうれんそう	たまねぎ きくらげ	片栗粉			
		マスカットゼリー				マスカット	ゼリー			
8	金	さつまいもごはん					米 さつまいも	油 ごま	882kcal 14.2% 32.2% 2.6g	はし スプーン
		牛乳		牛乳						
		さば生姜醤油焼き	さば			しょうが		ごま		
		サクサクサラダ	まぐろ	わかめ	にんじん 小松菜	れんこん	こんにゃく 砂糖	ごま油 ごま		
		豚汁	豚肉 豆腐		にんじん 大根葉	ごぼう 大根 ねぎ	こんにゃく じゃが芋	油		
フルーツポンチ				バイン もも	ゼリー					
11	月	カナベツ・ピオセンナ(ポーランド風サンド)	ハム	チーズ	にんじん	たまねぎ	パンじゃが芋	マヨネーズ	826kcal 14.9% 39.7% 3.8g	はし スプーン
		牛乳		牛乳						
		白菜の甘酢サラダ		まぐろ	にんじん パセリ	白菜 コーン きゅうり レモン	砂糖	オリーブ油		
		ピゴス(ポーランド風トマト煮込み)	ベーコン 豚肉 ウインナー		トマト	にんにく たまねぎ キャベツ	じゃが芋 豆 麦	オリーブ油		
		バナナ				バナナ				
12	火	納豆丼	鶏肉 納豆		大根葉	しょうが にんにく たくあん ねぎ	米 砂糖	ごま油 ラー油	833kcal 14.6% 26.9% 2.3g	はし スプーン
		牛乳		牛乳						
		沢煮椀	豚肉		にんじん	ごぼう 大根	こんにゃく			
		じゃが芋の味噌サラダ	まぐろ		小松菜 にんじん		じゃが芋 砂糖	油 ごま		
		フルーツヨーグルト		ヨーグルト		バイン	ゼリー 砂糖			
14	木	クリームパンネ	さくらポーク	牛乳 粉チーズ	ほうれんそう	にんにく たまねぎ セロリー	こめ マカロニ	オリーブ油	830kcal 16.2% 28.5% 3.5g	はし スプーン
		牛乳		牛乳						
		ミネストローネスープ	ベーコン 大豆 あさり		にんじん トマト パセリ	たまねぎ セロリー	じゃが芋 砂糖	油		
		さつまいもパン					パン			
		パンナコッタ		牛乳		いちご	砂糖	クリーム		
15	金	秋刀魚ごはん	さんま			しょうが	米 片栗粉 砂糖	油 ごま	805kcal 14.8% 28.3% 2.4g	はし
		牛乳		牛乳						
		菊花和え	かまぼこ	しらす干し のり	ほうれんそう	もやし えのきたけ きく	砂糖	ごま油		
		いももち汁	鶏肉 生揚げ		にんじん	しいたけ 大根 白菜 ねぎ	じゃが芋 片栗粉			
		かき				柿				
18	月	発芽玄米ごはん					米 発芽玄米		826kcal 16.9% 21.9% 2.7g	はし 紙スプーン
		牛乳		牛乳						
		鶏の塩こうじから揚げ	鶏肉			しょうが	塩麹 片栗粉	油		
		甘酒ドレッシングサラダ	ハム			きゅうり コーン たまねぎ にんにく	さつまいも 砂糖	オリーブ油		
		野田野菜の味噌汁			にんじん 小松菜	大根 キャベツ ねぎ		油		
味噌ミルクプリン	ゼラチン	牛乳				砂糖 はちみつ				
19	火	ご飯					米		861kcal 16.3% 25.4% 3.9g	はし
		牛乳		牛乳						
		豆腐ナゲット	豆腐 たら 鶏肉 卵	ひじき	にんじん	たまねぎ 枝豆	片栗粉	油		
		パリパリサラダ		わかめ		キャベツ きゅうり コーン	ワンタンの皮	ごま油 ごま 油		
		のっぺい汁	鶏肉		にんじん 小松菜	ごぼう 大根 しいたけ ねぎ	こんにゃく 里芋 片栗粉	油		
		手作りふりかけ(じゃこ)	かつおぶし	ちりめんじゃこ 塩昆布			砂糖	ごま		
		みかん				みかん				

2-4生活班考案

旅する昼ご飯【ポーランド】

野田の恵みを味わう給食の日



令和6年 11月

学校給食予定献立表



野田市立北部中学校

Main table with columns for Day, Dish Name, Main Ingredients, and Nutritional Values. Includes a '和食の日' (Japanese Food Day) box and a '2-1生活班考案' (2-1 Life Class Proposal) box.

「はし」は毎日持ってきましょう。

和食の日

2-1生活班考案

給食回数 19回

※材料の都合により献立を変更することがあります。
※献立表は、主な食品を表記しており、市販の加工品(パン・ふりかけ・デザート等)に含まれる微量食品は、表記していません。

Nutritional information table with columns for Energy, Protein, Fat, Salt, Calcium, Magnesium, Iron, Lecithin, Vitamin B1, Vitamin B2, Vitamin C, and Fiber.

★今月の献立より★

- 5日(火) 今月から「地元農家まめいち農園さんのほうれん草」を給食に使用します。新鮮でおいしいです。
8日(金) 2年4組の生活班が家庭科の授業で考案した献立を提供します。主菜をお魚で考えた班は、こちらだけでした。
11日(月) 旅する昼ご飯はヨーロッパを旅します。「ポーランドの料理」をお楽しみください。
18日(月) 「野田の恵みを味わう給食の日」です。



今年は日本靴文化協会・大瀬 由生子さん(コメ外にレシド提供)とのコラボ給食です。「発酵食品」「SDGs」がテーマになっています。野田産野菜もたっぷりです。

- 22日(金) 24日が「和食の日」です。そこで22日に和食献立にしました。「和食」はユネスコ無形文化遺産に登録されています。
26日(火) 2年1組の生活班が家庭科の授業で考案した献立を提供します。



11月24日は「和食の日」