令和８年

１１月のよていこんだてひょう





11月24日は和食の日

御嵩町学校給食センター

１１（いい）２（に）ほんしょ（４）く」の語呂合わせから、「和食の日」が作られました。日本の伝統的な食文化である和食は、ユネスコ無形文化遺産に登録され、世界でも注目されています。

この日は給食でも、素材のうまみや季節感を大切に、おいしい和食メニューが登場します。味わっていただきましょう。

月	火	水	木	金
2日 チンゲンサイサラダ（バンバンジードレッシング） ユーリンチー むぎごはん　キムチスープ 小683kcal　中821kcal	**3日** **文化の日** 	**4日** かみかみ れんこんのきんぴらだいず いわしハンバーグのおろしあんかけ むぎごはん　はくさいのしろみそしる 小668kcal　中785kcal	**5日** もやしサラダ（わふうドレッシング） あつあげのねぎみそやき むぎごはん　かきたまじる 小699kcal　中854kcal	**6日** キャンディチーズ　イタリアンサラダ（イタリアンドレッシング） ◎ぶどうゼリー とりにくのマーマレードソース こめこパン　ミネストローネ 小610kcal　中752kcal
9日 **みたけのええもんを使った献立** きりぼしだいこんのうまに とりにくのしおこうじやき むぎごはん さといものみそしる 小658kcal　中793kcal	**10日** ポテトサラダ（マヨネーズ） かつおのレモンあえ トマトライス 小648kcal　809kcal	**11日** かじゅうグミ　ちゅうかサラダ（あおりんご）（ちゅうかドレッシング） ぎょうざのあまずあん（小2、中3） ラーメン　ラーメンのしる 小634cal　中752kcal	**12日** にんじんしりしり だいがくいも むぎごはん　かんとうに 小752kcal　中920kcal	**13日** チョコクリーム　かぼちゃサラダ（ソイドレッシング） しろみざかなのパンこやき しょくパン　ポークビーンズ 小739kcal　中919kcal
16日 **残量調査週間（20日まで）** あじつけこざかな　うのはないり とりにくのてりやき むぎごはん　あわせみそしる 小678kcal　中814kcal	**17日** ◎オレンジ　キャベツサラダ（あおじそドレッシング） きなこタフィ あきのカレーライス 小787kcal　中958kcal	**18日** **みたけのええもんを使った献立** ◎みかん　まめまめサラダ（ソイドレッシング） ししゃものへごやまちゃあげ（小中2） うどん　にくうどんのしる 小607kcal　中755kcal	**19日** **食育の日** ◎ヨーグルト　カラフルサラダ（わふうドレッシング） ぶたにくとだいずのあげがらめ むぎごはん　さわにわん 小736kcal　中881kcal	**20日** **みたけのええもんを使った献立** ◎ぎふの かき　ちくぜんに さばのしおやき むぎごはん　みたけみそのみそしる 小725kcal　中868kcal
23日 **勤労感謝の日** 	**24日** **和食を味わう献立** ◎なっとう　ひじきのいために さけのへごやまちゃやき むぎごはん　みたけみそのとんじる 小752kcal　中898kcal	**25日** かいそうサラダ（わふうドレッシング） いかのハーブやき ソフトめん　ミートソース 小641kcal　中823kcal	**26日** **上之郷小おすすめ献立** ◎ミルクプリン　ごぼうサラダ（ごまドレッシング） とりにくのからあげ（小2、中3） むぎごはん　まあぼうどうふ 小807kcal　中954kcal	**27日** **図書献立** ◎りんご　ぎふやさいサラダ（あおじそドッシング） やきウインナー きりめいりコッペパン　さつまいものミルクスープ 小605kcal　中774kcal
30日 さつまいもチップス　うめおかかあえ さわらのもみじやき きりぼしだいこんごはん 小624kcal　中755kcal	**今月の御嵩町産食材** 	**今月の図書献立「くいしんぼ フンガくん」** さく・え：国松 エリカ　出版社：小学館  ちょっとわがままで、あまえんぼうで、くしんぼうな、こぶたのフンガくんのおはなしです。 		

※都合により、献立を変更することがあります。　※牛乳は毎日つきます。　※◎は学校配送です。

令和 8年 11月　学校給食予定献立表

御嵩町学校給食センター

＊上段は献立名、分量は小学校分量、単位はすべて(g)です。 1人当たりの使用量は、小学校中学年の量です。

2(月)	4(水)	5(木)	6(金)	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	16(月)	17(火)	18(水)
				みたけのええもんを使った献立					残量調査週間(20日まで)		みたけのええもんを使った献立
牛乳 委託麦ごはん キムチスープ 油淋鶏 チンゲン菜サラダ	牛乳 委託麦ごはん 白菜の白みそ汁 いわしハンバーグのおろしあんかけ れんこんのきんぴら かみかみ大豆	牛乳 委託麦ごはん かきたま汁 厚揚げのねぎみそ焼き もやしサラダ	牛乳 米粉パン ミネストローネ 鶏肉のマーマレードソース イタリアンサラダ キャンディチーズ ぶどうゼリー	牛乳 委託麦ごはん 里芋のみそ汁 鶏肉の塩麹焼き 切干大根のうま煮	牛乳 トマトライス かつおのレモン和え ポテトサラダ	牛乳 ラーメン ラーメンの汁 餃子の甘酢あん 中華サラダ 果汁グミ(青りんご)	牛乳 委託麦ごはん 関東煮 大学芋 にんじんしりしり	牛乳 食パン チョコクリーム ポークビーンズ 白身魚のパン粉焼き かぼちゃサラダ	牛乳 委託麦ごはん 合わせみそ汁 鶏肉の照り焼き うの花いり 小魚	牛乳 委託麦ごはん 秋のカレーシチュー きなこタフィ キャベツサラダ オレンジ	牛乳 うどん 肉うどんの汁 ししゃもの舳五山茶あげ まめまめサラダ みかん
普通牛乳 206	普通牛乳 206	普通牛乳 206	普通牛乳 206	普通牛乳 206	普通牛乳 206	普通牛乳 206	普通牛乳 206	普通牛乳 206	普通牛乳 206	普通牛乳 206	普通牛乳 206
精白米(強化米入り) 80	精白米(強化米入り) 80	精白米(強化米入り) 80	米粉入りコッペパン 45	精白米(強化米入り) 80	アルファ化米 65	ラーメン 150	精白米(強化米入り) 80	食パン 55	精白米(強化米入り) 80	精白米(強化米入り) 80	うどん 70
おおむぎ(米粒麦) 8	おおむぎ(米粒麦) 8	おおむぎ(米粒麦) 8		おおむぎ(米粒麦) 8	豚もも肉 20		おおむぎ(米粒麦) 8		おおむぎ(米粒麦) 8	おおむぎ(米粒麦) 8	
			じゃがいも 30		白ワイン 1	豚もも肉 15		チョコクリーム 15			豚もも肉 5
冷凍豆腐 30	油揚げ刻み 4	にんじん 10	にんじん 15	さといも 23	たまねぎ 28	ベーコン 5	だいこん 60		冷凍豆腐 20	さつまいも 20	酒 0.5
豚もも肉 10	冷凍豆腐 20	たまねぎ 20	たまねぎ 30	だいこん 20	にんじん 10	にんじん 12	にんじん 10	豚もも肉 20	油揚げ刻み 3	じゃがいも 20	まいたけ(生) 5
はくさい 15	にんじん 8	乾燥パセリ 0.1	たまねぎ 20	マッシュルーム(水煮) 5	ねぎ 8	たまねぎ 20	焼き竹輪 10	赤ワイン 1	たまねぎ 10	にんじん 18	ささがきごぼう 9
にんじん 7	はくさい 10	カットトマト 15	油揚げ刻み 3	むき枝豆 8	緑豆もやし 22	はくさい 25	はんぺん 25	じゃがいも 35	だいこん 15	たまねぎ 60	にんじん 5
ねぎ 5	たまねぎ 15	カットわかめ 0.4	カットわかめ 0.3	ホールコーン 8	角切り昆布 1.2	だし用煮干し 2.5	角切り昆布 1.2	にんじん 13	えのきたけ 10	セロリ 5	たまねぎ 40
干ししいたけ 1	えのきたけ 10	ベーコン 7	ねぎ 5	サラダ油 1	うずら卵 25	鶏ガラスープ 1	角こんにゃく 20	たまねぎ 45	カットわかめ 0.5	ぶなしめじ 10	ねぎ 6
白菜キムチ 9	カットわかめ 0.5	シェルマカロニ 6	だし用煮干し 2.5	洋風だしの素 1.3	大豆 10	中華だしの素 1	大豆 10	ねぎ 7	ねぎ 7	豚もも角切り 15	干ししいたけ 0.5
食塩 0.1	ねぎ 5	液卵 12	みそ(豆) 8.2	食塩 0.8	トマトピューレ 6	しょうゆ(こいくち) 5.4	トマトピューレ 6	だし用煮干し 2.5	だし用煮干し 2.5	サラダ油 0.4	かまぼこ いちょう切り 5
しょうゆ(こいくち) 2.9	だし用煮干し 3	でん粉 0.5	白こしょう 0.03	鶏もも肉 50	トマトケチャップ 15	酒 1	トマトケチャップ 8	和風だしの素 0.1	みそ(豆) 4	おろししょうが 0.5	しょうゆ(こいくち) 2.6
みりん 0.4	和風だしの素 0.2	フレーク節 2.5	トマトケチャップ 15	酒 2	ウスターソース 1	みりん 0.6	しょうゆ(こいくち) 2.5	おろしにんにく 0.5	みそ(白) 3.5	おろしにんにく 0.5	しょうゆ(うすくち) 3.2
酒 1	みそ(白) 8	和風だしの素 0.4	ウスターソース 1	でん粉 6		フレーク節 1.5	おろししょうが 0.5	和風だしの素 1		赤ワイン 1.5	フレーク節 3
鶏ガラスープ 1		しょうゆ(こいくち) 1.4		塩こうじ 3	かつお 45	白こしょう 0.03	おろしにんにく 0.5	焙煎小麦粉 4.2		食塩 0.5	和風だしの素 0.5
みそ(豆) 2	いわしハンバーグ 60	食塩 0.4	鶏もも肉 50	しょうゆ(こいくち) 0.6	酒 1.4	食塩 0.25	焙煎小麦粉 4.2	サラダ油 3.3	鶏もも肉 50	黒こしょう 0.02	みりん 1.2
ごま油 0.2	酒 1.5	厚揚げダイス 60	食塩 0.08	レモン果汁 0.8	しょうゆ(こいくち) 0.7	ごま油 0.4	サラダ油 3.3	ローリエ 0.01	おろししょうが 1.5	洋風だしの素 1.5	食塩 0.5
	食塩 0.2	サラダ油 0.2	白こしょう 0.02	みりん 1.2	おろししょうが 0.7		さつまいも 60	白こしょう 0.02	酒 2	ダイスチーズ 2	
鶏もも肉 50	酒 0.5	豚ひき肉 13	白ワイン 1	三温糖 1	でん粉 4	肉ぎょうざ 40	大豆油 3	洋風だしの素 1	食塩 0.1	脱脂粉乳 3	ししゃも 40
おろししょうが 0.3	三温糖 1.5	おろししょうが 0.4	おろしにんにく 0.2	でん粉 0.2	米粉 4	大豆油 3	三温糖 3.5	三温糖 1	しょうゆ(こいくち) 0.8	しょうゆ(こいくち) 1.3	小麦粉・薄力粉 5
酒 1	しょうゆ(こいくち) 2.3	酒 0.4	マーマレードジャム 5	水 4	大豆油 4	しょうゆ(こいくち) 1.5	みりん 1	ウスターソース 2	みりん 1	トマトケチャップ 4	舳五山茶・粉茶 0.2
食塩 0.1	だいこん 20	ひきわり大豆 6	白ワイン 0.5		レモン果汁 2.7	三温糖 1.5	しょうゆ(こいくち) 1.5	しょうゆ(こいくち) 1	でん粉 4	ウスターソース 4.4	液卵 2
でん粉 4		ねぎ 8	みりん 1		しょうゆ(こいくち) 2.3	米酢 1.5	黒ごま 0.8	食塩 0.4	しょうゆ(こいくち) 1.5	焙煎小麦粉 5.3	大豆油 2
米粉 1	れんこんカット 30	みそ(豆) 6	しょうゆ(うすくち) 1.5	切干大根 6	三温糖 2.1	でん粉 0.15	水 2.2	サラダ油 0.3	みりん 0.5	サラダ油 4.1	
大豆油 5	にんじん 7	三温糖 4.6	三温糖 0.5	干ししいたけ 0.3	水 2	水 3			三温糖 1	純カレー 0.6	大豆 7.2
水 1.5	つきこんにゃく 10	しょうゆ(こいくち) 0.76	水 2	にんじん 12		緑豆もやし 17	にんじん 35	ホキ 50	水 2	おろしりんご 3	キャベツ 25
三温糖 1.8	赤こんにゃく(つきこん) 6	みりん 1.5	でん粉 0.15	油揚げ刻み 4		にら 3	白ワイン 1	白ワイン 1		チャツネ 3	にんじん 7
しょうゆ(こいくち) 3.8	さやいんげん 5	ピザ用チーズ 7.6		赤こんにゃく(つきこん) 3	じゃがいも 47	サラダ油 0.7	食塩 0.15	食塩 0.15	おから(生) 17	ローリエ 0.01	むき枝豆 5
米酢 1.8	サラダ油 0.45	舟形アルミカップ 1	キャベツ 30	酒 1	たまねぎ 8	ツナ油漬け 12	白こしょう 0.02	白こしょう 0.02	鶏ひき肉 5	クミン 0.03	ソイドレッシング 5
たまねぎ 5	しょうゆ(こいくち) 2.6		にんじん 7	しょうゆ(こいくち) 2	にんじん 7	しょうゆ(こいくち) 0.25	おろしにんにく 0.2	レモン果汁 0.3	にんじん 10		
ねぎ 3	酒 1	緑豆もやし 35	きゅうり 7	和風だしの素 0.5	きゅうり 3	食塩 0.25	レモン果汁 0.3	オリーブ油 3.5	干ししいたけ 0.8	大豆 18	みかん 45
ごま油 0.6	みりん 1	にんじん 8	ホールコーン 5	三温糖 2	食塩 0.1	白こしょう 0.02	オリーブ油 3.5	ねぎ 5	でん粉 1.8		
	和風だしの素 0.6	こまつな 7	イタリアンドレッシング 5	サラダ油 0.3	中華ドレッシング 5	ごま(いり) 1	ねぎ 5	油揚げ刻み 2	大豆油 1.5		
チンゲンサイ 18	三温糖 1.8	和風ドレッシング 5		さやいんげん 6			乾燥パセリ 0.08	サラダ油 1			
にんじん 7	一味唐辛子 0.01		キャンディチーズ 10		青りんごグミ 12		パン粉 3	三温糖 1.7	きなこ 2.4		
キャベツ 18	ごま(すり) 1.5						舟形アルミカップ 1	しょうゆ(こいくち) 2.5	水 2		
ホールコーン 5	ごま油 0.3		ぶどうゼリー 50					酒 1			
棒々鶏ドレッシング 5								かぼちゃカット 40			
	かみかみ大豆 7							こまつな 8			
								にんじん 9			
								たまねぎ 5			
								ソイドレッシング 5			
									味付小魚 5		
									青じそドレッシング 5		
										オレンジ 40	

19(木)	20(金)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	30(月)	4(水)使用	6(金)使用	12(木)使用	26(木)使用	
食育の日	みたけのええもんを使った献立	和食を味わう献立		上之郷小おすすめ献立	図書献立						
牛乳 委託麦ごはん さわにわん 豚肉と大豆の揚げがらめ カラフルサラダ ヨーグルト	牛乳 委託麦ごはん 御嵩みそのみそ汁 さばの塩焼き 筑前煮 岐阜のかき	牛乳 委託麦ごはん 御嵩みその豚汁 さけの舳五山茶焼き ひじきの炒め煮 納豆	牛乳 ソフト麺 ミートソース いかのハーブ焼き 海藻サラダ	牛乳 委託麦ごはん 麻婆豆腐 鶏肉のから揚げ ごぼうサラダ ミルクプリン	牛乳 切れ目入りコッペパン 焼きウインナー さつまいものミルクスープ 岐阜野菜サラダ りんご	牛乳 切干大根ご飯 さわらのもみじ焼き 梅おかかあえ さつまいもチップス	いわしハンバーグ	マーマレードジャム	はんぺん (アレルゲン:大豆)	ミルクプリン (アレルゲン:乳)	
普通牛乳 206	普通牛乳 206	普通牛乳 206	普通牛乳 206	普通牛乳 206	普通牛乳 206	普通牛乳 206	たらすり身	糖類(砂糖)	魚肉すり身(イトヨリ、MIX)	生乳	
							玉葱	糖類(水あめ)	澱粉(馬鈴薯)	乳製品	
精白米(強化米入り) 80	精白米(強化米入り) 80	精白米(強化米入り) 80	ソフト麺 80	精白米(強化米入り) 80	切れ目入りコッペパン 45	アルファ化米 65	いわし	果実(いよかん)	植物油(なたね、大豆)	植物油脂	
おおむぎ(米粒麦) 8	おおむぎ(米粒麦) 8	おおむぎ(米粒麦) 8		おおむぎ(米粒麦) 8		切干大根 3	植物油脂	果実(なつみかん)	砂糖	砂糖	
			豚ひき肉 20		ウインナー 30	にんじん 20	醸造調味料	還元水あめ	ぶどう糖	デキストリン	
だいこん 40	冷凍豆腐 20	だいこん 20	たまねぎ 65	豚ひき肉 15	トマトケチャップ 6	干ししいたけ 1	砂糖	濃縮なつみかん果汁	大豆蛋白	乳糖を主要原料とする食品	
にんじん 10	油揚げ刻み 3	にんじん 8	にんじん 15	冷凍豆腐 80	ウスターソース 3	鶏もも肉 10	食塩	ゆず果汁	食塩	ゲル化剤	
えのきたけ 8	たまねぎ 13	さといも 15	ダイスチーズ 2	にんじん 10	赤ワイン 1	五目切りこんにゃく 6	水	加工澱粉(タピオカ)	乳化剤		
千切りごぼう 10	だいこん 30	豚もも肉 13	トマトケチャップ 14	たまねぎ 30	三温糖 0.5	油揚げ刻み 5	酵母エキス	ゲル化剤(ペクチン)	塩化K	香料	
ねぎ 6	えのきたけ 6	酒 1	トマトピューレ 16	干ししいたけ 0.5		むき枝豆 7	増粘剤(加工デンプン)	酸味料		水	
豚もも肉 8	ねぎ 7	冷凍豆腐 20	中濃ソース 5	たけのこ千切り 10	ベーコン 8	サラダ油 1					
酒 1	さといも 10	ささがきごぼう 8	洋風だしの素 0.3	ねぎ 10	たまねぎ 40	しょうゆ(こいくち) 6					
しょうゆ(うすくち) 3	カットわかめ 0.2	五目切りこんにゃく 5	チキンコンソメ 0.4	酒 1	にんじん 15	食塩 0.1					
食塩 0.3	だし用煮干し 2.5	ねぎ 5	食塩 0.8	おろしにんにく 0.8	さつまいも 42	和風だしの素 1					
和風だしの素 0.4	和風だしの素 0.3	だし用煮干し 2.5	白こしょう 0.02	おろししょうが 0.8	米粉 3	酒 1.5					
フレーク節 2.5	みそ(豆) 4	和風だしの素 0.2	サラダ油 0.15	しょうゆ(こいくち) 3.5	サラダ油 0.4	三温糖 0.8					
黒こしょう 0.02	みたけみそ 4	みたけみそ 4	焙煎小麦粉 5	サラダ油 0.4	普通牛乳 40						
		みそ(豆) 4	サラダ油 4	みそ(豆) 5.8	チキンコンソメ 1.3	さわら 50					
豚もも角切り 40	さば 50		おろししょうが 0.5	三温糖 2.5	ダイスチーズ 2.5	食塩 0.1					
食塩 0.05	食塩 0.6	さけ 50	おろしにんにく 0.5	豆板醤 0.25	白こしょう 0.02	白こしょう 0.02					
白こしょう 0.02		食塩 0.1	赤ワイン 1	でん粉 2.3	食塩 0.3	酒 1					
酒 1.5	鶏もも肉 12	白こしょう 0.02	三温糖 0.4	ごま油 0.5	クリーム(乳脂肪) 3.5	ノンエッグマヨネーズ 10	5(木)使用	ぶどうゼリー	19(木)使用	30(月)使用	
でん粉 5	たけのこ短冊 7	酒 0.5		中華だしの素 1	ノンエッグマヨネーズ 10	にんじん 7	ひきわり大豆		ヨーグルト	さつまいもチップス	
米粉 0.5	ごぼう(皮むき) 15	いか 50			ローリエ 0.01	舟形アルミカップ 1	(アレルゲン:大豆)	ポリデキストロース(食物繊維)	(アレルゲン:乳)		
大豆 8	にんじん 7	白ワイン 1		鶏もも肉 50	乾燥パセリ 0.1		大豆	砂糖	脱脂粉乳	さつま芋	
でん粉 2	赤こんにゃく(つきこん) 7	豆乳 0.6		しょうゆ(こいくち) 2.6		ほうれん草 10		ぶどう果汁	ぶどう糖果糖液糖	砂糖	
大豆油 2	つきこんにゃく 7	じゃがいも 6		おろししょうが 1	こまつな 20	キャベツ 23		果糖	砂糖	植物油脂	
三温糖 2.1	凍り豆腐 1.3	舳五山茶・粉末茶 0.1		おろしにんにく 0.2	緑豆もやし 20	緑豆もやし 20		加工デンプン	全粉乳		
しょうゆ(こいくち) 2.2	干ししいたけ 0.5	舟形アルミカップ 1		酒 0.7	にんじん 10	ゆかり粉 0.3		増粘多糖類	ゼラチン		
みりん 1.5	さやいんげん 5			ごま油 0.3	青じそドレッシング 5	かつお節 1.2		酸味料	寒天		
水 2.2	サラダ油 0.3	米ひじき 3		小麦粉・薄力粉 1.5	りんご 30	しょうゆ(うすくち) 1.7		ビタミンC	乳酸カルシウム		
あおさ 0.1	三温糖 1	干ししいたけ 0.3		でん粉 4.5		三温糖 0.5		香料	香料		
	しょうゆ(こいくち) 2.8	にんじん 10		大豆油 2				ピロリン酸鉄	ピロリン酸鉄		
だいこん 32	みりん 1	油揚げ刻み 5				さつまいもチップス 5		水	水		
きゅうり 10	酒 1	むき枝豆 5		緑豆もやし 30							
黄パプリカ 4	和風だしの素 0.5	つきこんにゃく 3		きゅうり 15							
赤パプリカ 4		赤こんにゃく(つきこん) 7		千切りごぼう 30							
和風ドレッシング 5	柿 30	酒 0.5		ホールコーン 8							
		しょうゆ(こいくち) 2		きゅうり 8							
ヨーグルト 70		みりん 1		海藻ミックス 0.5							
		和風だしの素 0.8		にんじん 10							
		三温糖 2		和風ドレッシング 5							
		サラダ油 0.9		香りごまドレッシング 5							
		納豆 30		ミルクプリン 60							

〈学校給食の産地表示について〉米:岐阜県　牛乳:岐阜県　パン、麺:岐阜県及び輸入小麦粉　青果類等:北海道、青森、関東、岐阜、愛知、九州等
果物:青森、岐阜、長野、オーストラリア等　食肉:岐阜、宮崎　魚介類:静岡、長崎、韓国、チリ、ニュージーランド、ノルウェー、フィンランド、ペルー他

・学校給食に使われる県産農産物等には、JAグループ、御嵩町および岐阜県による助成が行われています。
・「学校給食地産地消推進事業」は、学校給食において県産農産物等を積極的に活用することを通じて、少年期からの食農教育を推進することを目的としています。