令和8年度（2026年）

市のホームページにも掲載しています。

11 月　　献立予定表（中学校）

小田原市学校給食センター

日	曜日	献立名	主にエネルギーになる食品（黄）	主に体の組織をつくる食品（赤）	主に体の調子を整える食品（緑）	ｴﾈﾙｷﾞｰ / たんぱく質 / 脂質 / 塩分	kcal / g / g / g	中止など
			醤油・ケチャップ・調味料・香辛料などは、記載してありません。					
2	月	牛乳 ご飯 豚肉のジンギスカン焼き 糸昆布の煮物	ご飯 油 砂糖	牛乳 豚肉 鶏肉 昆布 さつま揚げ	しょうが にんにく ごぼう　にんじん つきこんにゃく こまつな	794 31.6 28.6 2.0		
4	水	牛乳 (ご飯) こぎつねごはん かじきチーズカツ いちごヨーグルト	ご飯 油 砂糖	牛乳 鶏肉 油揚げ かじきチーズカツ いちごヨーグルト	しょうが　ごぼう にんじん たけのこ こまつな	819 33.2 26.0 1.7		
5	木	3品献立 牛乳 ソフト麺 セルフナポリタン 野菜のドレッシング和え 焼きウインナー	ソフトめん 油 片栗粉 砂糖 ドレッシング	牛乳 豚肉 ウインナー	にんにく にんじん たまねぎ しめじ トマト ピーマン もやし キャベツ 野菜ミックス	872 35.8 30.7 3.1		白山2年 酒匂2年 城北全校
6	金	牛乳 (ご飯) 鶏と卵のそぼろ丼　いい歯の日献立 大根の具だくさんスープ パリパリ芋けんぴ	ご飯 油 砂糖 春雨 さつまいも 水あめ	牛乳 卵 鶏肉 大豆ミート 豚肉 なると いわし	しょうが にんじん グリンピース にんにく こまつな たまねぎ だいこん	776 29.9 32.4 2.2		
9	月	牛乳 ご飯 ポークチャップ 里芋と厚揚げのそぼろ煮	ご飯 油 砂糖 さといも 片栗粉	牛乳 豚肉 鶏肉 厚揚げ	にんにく たまねぎ にんじん しめじ いんげん しょうが	839 34.8 28.6 2.0		白鷗全校
10	火	牛乳 ロールパン マカロニグラタン ベーコンとブロッコリーのソテー	ロールパン 油 小麦粉　バター マカロニ パン粉	牛乳 鶏肉 脱脂粉乳 チーズ ベーコン	にんじん たまねぎ パセリ キャベツ ブロッコリー コーン	826 30.6 35.8 2.8		城山2年
11	水	牛乳 (ご飯) 焼き鳥丼 打ち豆汁	ご飯 油 砂糖 片栗粉 ごま油 じゃがいも	牛乳 鶏肉 豚肉 大豆 味噌	たまねぎ 長ねぎ ピーマン ごぼう こんにゃく にんじん だいこん こまつな	769 33.6 23.2 2.5		千代2年
12	木	牛乳 ホットラーメン 豆乳チャンポン麺 キャラメルミルクさつま芋	ホットラーメン 油 さつまいも バター 砂糖	牛乳 豚肉 味噌 なると 豆乳	にんじん たまねぎ もやし　キャベツ きくらげ こまつな	884 29.3 26.0 3.1		
13	金	牛乳 (麦入りご飯) タコライス ごぼうサラダ	ご飯 麦 油 小麦粉 ごま 砂糖 卵なしマヨネーズ	牛乳 レバーチップ 豚肉 味噌 チーズ ハム	にんにく たまねぎ にんじん トマト コーン ごぼう きゅうり	821 29.2 29.0 2.7		城山全校
16	月	牛乳 (ご飯) かまぼこ丼　かまぼこ献立 里芋の味噌汁 りんごタルト	ご飯 油 砂糖 片栗粉 さといも りんごタルト	牛乳 鶏肉 こうや豆腐 かまぼこ 油揚げ 味噌 わかめ	にんじん たまねぎ しらたき いんげん だいこん こまつな	800 27.1 22.0 3.2		白山全校
17	火	牛乳 食パン スライスチーズ メンチカツバーベキューソース 根菜チップスサラダ	食パン 油 砂糖 さつまいも ドレッシング	牛乳 メンチカツ ハム チーズ	にんじん たまねぎ れんこん コーン いんげん キャベツ	825 31.4 42.3 3.4		
18	水	3品献立 牛乳 ご飯 鶏肉の塩こうじ焼き 地魚はんぺんのごま醤油和え 白菜と厚揚げのピリ辛煮	ご飯 油 砂糖 ごま	牛乳 鶏肉 地魚はんぺん 豚肉 味噌 厚揚げ	たまねぎ　だいこん キャベツ こまつな にんにく にんじん はくさい いんげん	830 35.6 29.3 2.5		

神奈川県産強化週間

今月の小田原産



～給食で使用する、地場産物を紹介します～

かまぼこ・なると・ちくわ・さつま揚げ

地魚はんぺん・あじ・梅干し・きくらげ・長ねぎ

給食費は国と市の補てんにより減額しています。



小田原市の学校給食では、平成24年度9月から給食で使用する食材の放射性物質検査を実施しています。
検査結果については、市のホームページでお知らせしています。

日	曜日	献立名	主にエネルギーになる食品（黄）	主に体の組織をつくる食品（赤）	主に体の調子を整える食品（緑）	ｴﾈﾙｷﾞｰ	kcal	中止など
						たんぱく質	g	
						脂質	g	
			醤油・ケチャップ・調味料・香辛料などは、記載してありません。			塩分	g	
19	木	牛乳 ゆで麺 カレー南蛮うどん ちくわとこうや豆腐のこはく揚げ	ゆでめん 片栗粉 砂糖 なたね油 油	牛乳 豚肉 こうや豆腐 ちくわ おから	にんじん たまねぎ しいたけ 長ねぎ こまつな	871 31.9 27.4 3.9		
20	金	牛乳 ご飯　だしで味わう和食の日献立 小田原あじのフライ梅ソース とろみ汁	ご飯 油 小麦粉 パン粉 砂糖 片栗粉	牛乳 あじ 卵 豚肉 豆腐 わかめ	梅干し 葉ねぎ にんじん だいこん 長ねぎ ごぼう	777 30.8 22.7 2.6		白鷗5組 千代7組 城北6組 泉いずみ 酒匂さかわ
24	火	牛乳 コッペパン 鶏肉のプロバンス風 ホワイトミネストローネ	コッペパン 油 砂糖 じゃがいも マカロニ	牛乳 鶏肉 ベーコン 脱脂粉乳	にんにく セロリー たまねぎ トマト にんじん だいこん ブロッコリー	746 37.2 29.9 2.8		城山全校
25	水	牛乳 (ご飯) まぜまぜチャーハン 野菜のスープ煮	ご飯 油 じゃがいも	牛乳 豚肉 大豆 なると 鶏肉	しょうが にんじん たまねぎ キャベツ グリンピース コーン こまつな 長ねぎ	732 28.8 21.9 1.9		白鷗全校
26	木	牛乳 ホットラーメン わかめラーメン りんごのケーキ	ホットラーメン ホットケーキミックス 砂糖 バター	牛乳 豚肉 わかめ 卵	にんにく しょうが にんじん もやし めんま こまつな りんご缶	798 29.4 18.3 3.3		
27	金	牛乳 麦入りご飯 マーボー豆腐 揚げぎょうざ（3個）	ご飯 麦 油 砂糖 片栗粉	牛乳 豚肉 味噌 豆腐 餃子	しょうが にんにく にんじん たまねぎ しいたけ きくらげ 長ねぎ にら	791 27.8 26.5 2.0		
30	月	牛乳 ご飯 さばのごま味噌焼き 豚大根	ご飯 油 ごま 砂糖 片栗粉	牛乳 さば 味噌 豚肉	しょうが にんじん だいこん こまつな	799 34.4 27.9 1.9		

※給食で使用されている生鮮食品（野菜・肉・魚）の産地を毎日学校へお知らせしています。
※揚げ油は、2回程度使用しています。
※物資の都合により、献立が変更になる場合があります。
※アレルギーのある方は、アレルギー確認献立表の表示を見てください。

★市のホームページに給食の写真を掲載 しています。
【URL】 https://www.city.odawara.kanagawa.jp/field/edu-ch/education/sl/menu/school_lunch/menu_center/

主食について
主食の米飯・パン・麺製品につきましては、同じラインでアレルゲンとなるそば・卵・えび等を使用した製品を製造している場合があります。ご不明な点がありましたら学校給食センター（36-7512）までご連絡ください。

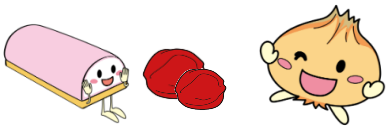


かまぼこの日

11月15日は「かまぼこの日」です。七五三の時期に、お祝いの席で紅白のかまぼこが使われていたことに由来します。かまぼこは、すり身 を竹の棒につけて焼いた形が植物の「蒲の穂（がまのほ）」に似ていたことから、「かまぼこ」と呼ばれるようになりました。
小田原のかまぼこを、給食で味わいましょう。

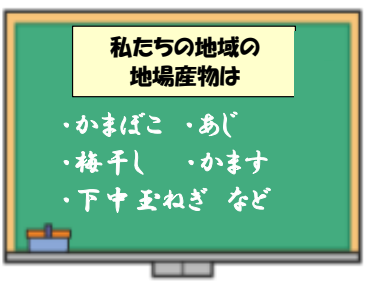


給食ナビ
お子さんが通う学校給食の献立確認や、簡単なアレルギーチェックができるアプリです。 ▲iPhone用 ▲Android用
「https://9-navi.com/login.php」



地場産物とは？

自分たちが住んでいる地域でとれる食べ物を地場産物といいます。地場産物は生産している人が近くにいるので「顔が見える」「話ができる」などのよい点があります。また、どうしてこの地域でつくられるようになったのかを考えることにより、地域の自然や歴史を知ることにもつながります。



新鮮　経済循環　安心

地場産物を食べること



食の学び　環境配慮　フードロス削減　地域交流　郷土愛

11月分の納期限は1月4日です。口座振替の方は、納期限が振替日となります。残高のご確認をお願いします。