



11月 献立予定表(中学校)



小田原市橘学校給食共同調理場

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)	エネルギー	kcal	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。			たんぱく質	g	
						脂質	g	
						塩分	g	
4	火	牛乳 コッペパン ラザニア風 コーンソテー	コッペパン 油 小麦粉 ワンタン マーガリン バター パン粉	牛乳 豚肉 大豆ミート ウインナー チーズ	玉ねぎ にんじん パセリ コーン 小松菜	801		
						32.2		
						31.5		
						3.6		
5	水	牛乳 ご飯  小田原カマス 献立 小田原カマスフライ 塩肉じゃが	ご飯 小麦粉 パン粉 砂糖 油 ごま油 じゃがいも	牛乳 カマス 豚肉	にんにく にんじん 玉ねぎ  いんげん	775		
						27.8		
						21.5		
						1.5		
6	木	牛乳 (ゆでめん) ちゃんこうどん さつまいもの天ぷら	ゆでめん 油 さつまいも 小麦粉	牛乳 豚肉 白ちくわ	にんじん 大根 キャベツ たけのこ 長ねぎ	867		
						25.6		
						20.1		
						2.2		
7	金	牛乳 (ご飯)  いい歯の日 献立 こぎつねご飯 玉ねぎのみそ汁 カレーパリッシュ	ご飯 ごま油 砂糖 水あめ	牛乳 鶏肉 油揚げ みそ わかめ たづくり	ごぼう にんじん 玉ねぎ  白菜	750		
						29.3		
						23.5		
						2.6		
10	月	牛乳 ご飯 鶏肉とじゃがいものチリソース わかめスープ	ご飯 油 片栗粉 じゃがいも 砂糖 ごま油 ごま	牛乳 鶏肉 豚肉 わかめ	にんにく しょうが 長ねぎ 玉ねぎ にんじん	822		
						27.5		
						26.7		
						2.5		
11	火	牛乳 ぶどうパン かぼちゃコロッケ 豚肉のトマト煮	ぶどうパン 油 砂糖 じゃがいも マーガリン 小麦粉	牛乳 豚肉	かぼちゃコロッケ にんにく 玉ねぎ トマト 枝豆	847		
						26.5		
						30.6		
						2.8		
12	水	牛乳 ご飯 鯖のカレーじょうゆ焼き 筑前煮 ★キャベツのおかか炒め	ご飯 油 砂糖 ごま油 ごま	牛乳 鯖 鶏肉 高野豆腐 おかかふりかけ	しょうが にんじん ごぼう たけのこ こんにゃく いんげん キャベツ	783		★3びん こんだて 
						33.5		
						24.4		
						1.9		
13	木	牛乳 (ホットラーメン) タンメン チキンナゲット ヨーグルト	ホットラーメン 油	牛乳 豚肉 なると チキンナゲット	にんにく しょうが にんじん きくらげ もやし キャベツ 長ねぎ 小松菜	860		
						39.4		
						25.1		
						1.8		
14	金	牛乳 (麦入りご飯)  かまぼこ 献立 かまぼこ丼 秋野菜のみそ汁	ご飯 麦 油 砂糖 ごま 片栗粉 里いも	牛乳 豚肉 かまぼこ 油揚げ みそ	にんじん 玉ねぎ しらたき 大根 しめじ 小松菜	742		
						29.2		
						20.4		
						2.6		
17	月	牛乳 ご飯 ソイ酢豚 コーンスープ	ご飯 油 片栗粉 砂糖	牛乳 高野豆腐 豚肉 鶏肉	にんにく しょうが にんじん 玉ねぎ ピーマン コーン 小松菜	810		
						30.1		
						26.9		
						2.3		
18	火	牛乳 米粉ロールパン さつまいものクリームシチュー カラフルソテー	米粉ロールパン 油 さつまいも マーガリン 小麦粉	牛乳 豚肉 脱脂粉乳 ベーコン	玉ねぎ にんじん 枝豆 コーン キャベツ 小松菜	832		
						35.0		
						35.2		
						3.5		

今月の小田原産

～給食で使用する、地場産物を紹介します～



カマス・白ちくわ・なると・かまぼこ

食材料は給食費と
市の補助金で
まかなわれています。



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

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)	エネルギー	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	水	牛乳 ご飯 ザンギ 豚汁 北海道の料理	ご飯 油 ごま油 片栗粉 じゃがいも	牛乳 鶏肉 豚肉 豆腐 みそ	しょうが にんにく ごぼう にんじん こんにゃく 大根 長ねぎ	826		
						31.0		
						29.5		
						2.2		
20	木	牛乳 (ソフトめん) 五目うどん シュウマイ ラムネゼリー	ソフトめん 油 ラムネゼリー	牛乳 鶏肉 油揚げ なんと シュウマイ	にんじん 白菜 しいたけ 長ねぎ 小松菜	851		
						32.5		
						24.5		
						3.0		
21	金	牛乳 ご飯 すきやき風煮 のっぺい汁 だして味わう和食の日献立	ご飯 油 砂糖 片栗粉 里いも	牛乳 豚肉 豆腐 鶏肉 白ちくわ	にんじん しらたき 白菜 長ねぎ 大根 小松菜	743		3組 中止
						28.8		
						21.2		
						2.2		
25	火	牛乳 黒パン マグロカツ ★ゆでキャベツ チキンビーンズ	黒パン 油 じゃがいも 砂糖	牛乳 マグロカツ 鶏肉 大豆	キャベツ にんにく にんじん 玉ねぎ 小松菜	733		★3ぴん こんだて
						29.3		
						24.4		
						2.7		
26	水	牛乳 (ご飯) ポークカレーライス ベーコンとキャベツのソテー	ご飯 油 じゃがいも マーガリン 小麦粉	牛乳 豚肉 ベーコン	にんにく しょうが 玉ねぎ にんじん りんごソース コーン キャベツ	825		
						25.5		
						27.0		
						2.1		
27	木	牛乳 (ホットラーメン) もやしラーメン 青のりポテト	ホットラーメン 油 フライドポテト	牛乳 豚肉 なんと 青のり	にんにく しょうが にんじん もやし キャベツ コーン 長ねぎ	799		
						30.1		
						24.3		
						2.5		
28	金	牛乳 (麦入りご飯) マーボー豆腐丼 中華スープ	ご飯 麦 ごま油 砂糖 片栗粉 油 ごま	牛乳 豚肉 鶏肉 大豆ミート みそ 豆腐 わかめ	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん 長ねぎ にら	741		
						28.2		
						21.5		
						2.4		

※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、3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、確認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_tachibana/



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ギーとなるそば・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橘学校給食共同調理場(43-0112)までご連絡ください。



『感謝して食べよう』

11月には「勤労感謝の日」があります。私たちが毎日食べている給食は、たくさんの人の働きによって支えられています。野菜やお米を育ててくれる農家さんや魚をとってくれる漁師さん、牛や豚、鶏を育ててくれる方々。そしてそれらを運んでくれる方々、調理をしてくれる調理員さん。こうした多くの人の思いが詰まった給食です。感謝の気持ちをもって給食を食べましょう。



大切な食事の
あいさつ

いただきますと
ごちそうさま

『いただきます』

食べ物となる動物や植物の命への感謝と食事に関わったすべての人への感謝が込められています。



『ごちそうさま』

漢字で「ご馳走さま」と書き走り回って準備するという意味です。食事を用意してくれた人への感謝が込められています。

11月分の納期限は11月5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。