11月 学校給食献立予定表

日 曜日	献立名	赤の仲間の食品 血・肉・骨をつくる （1群）	（2群）	緑の仲間の食品 からだの調子を整える （3群）	（4群）	黄色の仲間の食品 力や熱になる （5群）	（6群）
		※＿＿＿＿は北杜市産、斜体表記は県内産を使用する予定です。					
	～2日から6日は図書コラボ給食ウィーク～ みなさんに投票してもらったデザートが登場します♪						
2月	作品名『ライオンと魔女 ナルニア国物語』 料理名「プリン」						
	麦ごはん					米,麦	
	サワラの香味ソースがけ	サワラ			ねぎ,にんにく 生姜	片栗粉,三温糖	米油,ごま油
	切り干し大根の煮物	豚肉,油揚げ		人参,ヤングいんげん	切干大根	こんにゃく,三温糖	米油
	なめこの味噌汁	豆腐,味噌	煮干し	人参,小松菜	玉葱,なめこ		
	プリン	ゼラチン	牛乳,スキムミルク			プリンの素 グラニュー糖	
	牛乳		牛乳				
4水	作品名『チョコレート・ピース』 料理名「チョコバナナ」						
	ハヤシライス	豚肉	スキムミルク	人参,トマト	にんにく,玉葱 マッシュルーム	米,麦 じゃがいも,三温糖	米油,ハヤシルウ
	サイコロチーズサラダ		チーズ	人参,ブロッコリー	キャベツ,きゅうり コーン		ドレッシング
	チョコバナナ		生クリーム		バナナ	チョコレート	
	牛乳		牛乳				
5木	作品名『若草物語』 料理名「プラマンジェ」						
	リングパン					パン	
	ラザニア	*豚肉*	チーズ,生クリーム	人参	にんにく,玉葱 マッシュルーム	片栗粉,ぎょうざの皮	米油
	コールスローサラダ	ハム		人参	キャベツ,コーン レモン	三温糖	ノンエッグマヨネーズ 米油
	きのこスープ	ベーコン,卵		人参,ほうれん草	玉葱,しめじ えのき	片栗粉	
	プラマンジェ	豆乳,ゼラチン	生クリーム,牛乳			グラニュー糖	
	牛乳		牛乳				
6金	作品名『アメリカ菓子とミステリ』 料理名「アップルサイダードーナツ」						
	鶏ごぼうピラフ	鶏肉		人参	ごぼう,枝豆	米,麦	バター,米油
	キャベツの甘酢ソテー	ベーコン		人参	キャベツ,もやし きゅうり	三温糖	米油
	コーンポタージュ		牛乳,スキムミルク 生クリーム	パセリ	玉葱,コーン		米油,バター コーンクリーム
	アップルサイダードーナツ	卵			りんご	グラニュー糖,薄力粉	バター,米油
	牛乳		牛乳				
9月	**山脈塩のごま塩ごはん**					米,麦	ごま
	大泉町産にじますの唐揚げ	にじます				から揚げ粉	米油
	ブロッコリーのおかか和え	かつお節	ワカメ	ブロッコリー,人参	キャベツ,コーン	三温糖	ごま油
	あけの金時の味噌汁	油揚げ,味噌	煮干し	人参,小松菜	玉葱,しめじ	さつまいも	
	果物（オレンジ）				オレンジ		
	牛乳		牛乳				
10火	麦ごはん					米,麦	
	納豆	*納豆*					
	かぼちゃのそぼろ煮	鶏肉,大豆		人参,かぼちゃ	玉葱,枝豆	三温糖,片栗粉	米油
	ごま味噌汁	油揚げ,味噌	煮干し	人参,小松菜	玉葱,ごぼう 大根,干し椎茸		ごま
	手作り水ようかん	ゼラチン,あずき	寒天			三温糖	
	牛乳		牛乳				
11水	富士桜ポーク丼	*富士桜ポーク*		人参	玉葱,生姜	米,麦 白滝,三温糖	米油
	切り干し大根のサラダ			人参,小松菜	切干大根,きゅうり もやし	三温糖	米油,ごま油
	のりとあさりの味噌汁	あさり,味噌	煮干し,のり		玉葱,えのき		
	元気ヨーグルト		元気ヨーグルト				
	牛乳		牛乳				
12木	**鹿肉キーマカレーライス**	*豚肉*,しか肉 大豆	粉チーズ	人参,トマト	にんにく,生姜 玉葱,ごぼう	米,麦 三温糖,チャツネ	米油,カレールウ
	ポパイソテー	ベーコン		赤パプリカ,ほうれん草	コーン,キャベツ しめじ		米油,バター
	フルーツゼリーポンチ				パイン缶,黄桃缶 みかん缶	ｸｰﾙｾﾞﾘｰ素,ﾏﾝｺﾞｰｾﾞﾘｰ素 ｸﾞﾚｰﾌﾟｾﾞﾘｰ素 随意ｸﾞﾚｰﾌﾟｾﾞﾘｰ素	
	牛乳		牛乳				
13金	みるくパン					パン	
	大豆ミートのチリコンカン	大豆		人参,トマト パセリ	にんにく,玉葱	薄力粉,マカロニ	米油,バター
	ツナサラダ	ツナフレーク		人参	キャベツ,きゅうり にんにく	三温糖	米油
	じゃがいものポタージュ		牛乳,スキムミルク	パセリ	玉葱	じゃがいも マッシュポテト	バター,米油 ベシャメルソース
	果物（柿）				柿		
	牛乳		牛乳				

「山脈塩のごま塩ごはん」
尾白の湯から作られた北杜市白州町産の自然塩を使用しています

『鹿肉キーマカレー』
北杜市産の鹿肉を使用します

『大豆ミートのチリコンカン』
北杜市産の大豆ミート使用します

令和8年度　　北杜市立 泉中学校

日 曜日	献立名	赤の仲間の食品 血・肉・骨をつくる （1群）	赤の仲間の食品 血・肉・骨をつくる （2群）	緑の仲間の食品 からだの調子を整える （3群）	緑の仲間の食品 からだの調子を整える （4群）	黄色の仲間の食品 力や熱になる （5群）	黄色の仲間の食品 力や熱になる （6群）
		※＿＿＿＿は北杜市産、斜体表記は県内産を使用する予定です。					
16 月	麦ごはん					米,麦	
	チンジャオロース	豚肉		人参,ピーマン	にんにく,生姜 たけのこ,もやし	片栗粉,三温糖	米油,ごま油
	スパゲティサラダ	ハム		人参	きゅうり,キャベツ コーン	スパゲティ,三温糖	ノンエッグマヨネーズ
	中華トマトスープ	ベーコン,卵		トマト,チンゲンサイ	玉葱	片栗粉	
	果物（グレープフルーツ）				グレープフルーツ		
	牛乳		牛乳				
17 火	シナモンシュガートースト					パン,グラニュー糖	マーガリン
	豚しゃぶサラダ	豚肉		ブロッコリー,人参	キャベツ,きゅうり もやし,にんにく	三温糖	米油
	ミネストローネ	ベーコン,あさり		人参,トマト	にんにく,玉葱	じゃがいも,マカロニ	米油
	果物（バナナ）				バナナ		
	牛乳		牛乳				
18 水	中華丼	豚肉,かまぼこ		人参,絹さや	にんにく,生姜,玉葱 たけのこ,白菜	米,麦 三温糖,片栗粉	米油
	ナムル			ほうれん草,人参	もやし,ぜんまい		ドレッシング
	中華コーンスープ	卵	ワカメ		玉葱,コーン えのき	片栗粉	
	味付け小魚		味付け小魚				
	牛乳		牛乳				
19 木	そぼろパン					パン	
	鶏天	鶏肉				天ぷら粉	米油
	キャベツのゆかり和え			人参	きゅうり,キャベツ 切干大根,たくあん		
	ラーほー	なると	ワカメ	人参,ほうれん草	コーン,メンマ もやし,ねぎ	ほうとう麺	
	黒みつきなこプリン	きな粉	牛乳,スキムミルク			プリン素,黒みつ	
	牛乳		牛乳				
24 火	**メキシカンライス**	鶏肉		人参,ピーマン	にんにく,玉葱 コーン	米,麦	米油
	チキンシュニッチェル	鶏肉	粉チーズ			パン粉	ノンエッグマヨネーズ 米油
	五目きんぴら	竹輪		人参	ごぼう	こんにゃく,三温糖	米油,ごま
	ロヒケイット	鮭	スキムミルク,牛乳 生クリーム	人参,ほうれん草	玉葱	じゃがいも	バター
	果物（りんご）				りんご		
	牛乳		牛乳				
25 水	麦ごはん					米,麦	
	サバの生姜煮	サバ			生姜	三温糖	
	ひじきと大豆のごまマヨ和え	大豆	ひじき	人参	コーン,きゅうり	三温糖	ごま ノンエッグマヨネーズ
	チゲ風豚汁	豚肉,豆腐 味噌	煮干し	人参	ごぼう,大根 白菜キムチ,ねぎ	こんにゃく,じゃがいも	米油
	あん抹茶みるくゼリー	あずき	スキムミルク,牛乳			抹茶ゼリー素	
	牛乳		牛乳				
26 木	コッペパン					パン	
	エビと大豆ののり塩揚げ	大豆,エビ	青のり			片栗粉	米油
	ソース焼きそば	豚肉		人参	生姜,にんにく,玉葱 キャベツ,もやし	焼きそば麺	米油
	サンラータンスープ	鶏肉,かまぼこ 豆腐,卵		人参,トマト チンゲンサイ	玉葱,干し椎茸	片栗粉	
	果物（オレンジ）				オレンジ		
	牛乳		牛乳				
27 金	麦ごはん					米,麦	
	きのこソースハンバーグ	鶏肉,豆腐 おから,*卵*	牛乳		玉葱	パン粉,三温糖	バター デミグラスソース
	ジャーマンポテト	ウインナー			にんにく,玉葱	じゃがいも	米油
	大豆の味噌汁	大豆,味噌 豆乳	煮干し	人参	ごぼう,大根 ねぎ	こんにゃく,*里芋*	米油
	果物（柿）				柿		
	牛乳		牛乳				
30 月	麦ごはん					米,麦	
	ポークケチャップ	豚肉		人参,ピーマン	にんにく,生姜 玉葱	薄力粉,三温糖	米油
	チーズ入りおからサラダ	おから,ツナフレーク	チーズ	人参	きゅうり	マカロニ,三温糖	ノンエッグマヨネーズ 米油
	大根の味噌汁	油揚げ,味噌	煮干し,わかめ	人参	玉葱,大根		
	果物（グレープフルーツ）				グレープフルーツ		
	牛乳		牛乳				

食育の日
『日本の味めぐり』
-山梨-

-2年国語科-
プレゼン献立
『東西南北給食』

※材料の都合により献立の内容を変更すること