11月　学校給食献立予定表

令和8年

北杜南学校給食センター

霜月

地産地消のよいところ　新鮮な旬の食材　生産者さんとのつながり　地球にやさしい

日曜日	献立名	赤の仲間の食品 ち・にく・ほねをつくる（1群）	赤の仲間の食品 ち・にく・ほねをつくる（2群）	緑の仲間の食品 からだのちょうしをととのえる（3群）	緑の仲間の食品 からだのちょうしをととのえる（4群）	黄色の仲間の食品 ちからやねつになる（5群）	黄色の仲間の食品 ちからやねつになる（6群）	行事
	※＿＿＿は北杜市産、*斜体*表記は県内産を使用する予定です。							
2月	むぎごはん・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ,むぎ		
	いりどり	とりにく		にんじん,いんげん	ごぼう,こんにゃく,たけのこ,ほししいたけ	じゃがいも,さとう	あぶら	
	おかかあえ	かつおぶし		にんじん,ブロッコリー	はくさい,もやし	さとう		
	さといものみそしる	あぶらあげ,みそ	にぼし	こまつな	だいこん,ねぎ,えのきたけ	さといも		明野小 高根中 なし
	ラフランスゼリー				りんご	ラフランスゼリー		
4水	むぎごはん・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ,むぎ		
	かわなしぎょうざとんぶりのぐ	ぶたにく,とりにく		にら	キャベツ	かたくりこ	あぶら,ごまあぶら	
	はるさめサラダ			にんじん	キャベツ,きゅうり,もやし	はるさめ,さとう	ごま,ごまあぶら	
	わかめスープ	かまぼこ,とうふ	わかめ		えのきたけ,ねぎ			
	チーズ		チーズ					
5木	リングパン・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			リングパン		
	いかのハーブやき	いか					オリーブオイル	
	ごまドレチーズサラダ		チーズ	にんじん	コーン,えだまめ,きゅうり,			
	あきやさいのミネストローネ	ベーコン,だいず		にんじん,トマト,かぶのは	たまねぎ,しめじ,かぶ	さつまいも,マカロニ	あぶら	
	くだもの（みかん）				みかん			
6金	むぎごはん・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ,むぎ		
	アジフライ　ごまみそダレ	あじ,みそ				さとう	あぶら,ごま	
	キャベツのしおこんぶいため	ぶたにく	しおこんぶ	にんじん	たまねぎ,キャベツ		あぶら	いい歯の日 給食
	のっぺいじる	かつおぶし,とうふ		にんじん	れんこん,だいこん,なめこ,ねぎ			
	まめによろこぶ	だいず	こんぶ					

❀地産地消（ちさんちしょう）ウィーク❀

北杜市産・山梨県産の食材を中心に取り入れます☆

日曜日	献立名	赤の仲間の食品 ち・にく・ほねをつくる（1群）	赤の仲間の食品 ち・にく・ほねをつくる（2群）	緑の仲間の食品 からだのちょうしをととのえる（3群）	緑の仲間の食品 からだのちょうしをととのえる（4群）	黄色の仲間の食品 ちからやねつになる（5群）	黄色の仲間の食品 ちからやねつになる（6群）	行事
9月	むぎごはん・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ,むぎ		
	富士桜ポークのしょうがやき	*ぶたにく,みそ*			たまねぎ,しょうが,にんにく	さとう	あぶら	東小・西小 武川小 武川中 なし
	あおなのみぞれおろしあえ			こまつな,にんじん	はくさい,もやし		ドレッシング	
	だいずのみそしる	だいず,みそ,とうにゅう	にぼし	にんじん	だいこん,ねぎ	さといも,こんにゃく	あぶら	
	さつまいもスティック					さつまいもスティック		
10火	こめこパン・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめこパン		
	県産卵のプレーンオムレツ	たまご				さとう,かたくりこ		明野小 1・2年 なし
	チリコンカン	ぶたにく,だいずミート		にんじん,トマト	たまねぎ,グリンピース,にんにく,しょうが	さとう,マカロニ	あぶら	
	甲斐サーモンのシチュー	さけ	ぎゅうにゅう,なまクリーム	にんじん	たまねぎ,しめじ,えだまめ	じゃがいも	あぶら,ベシャメルソース	須玉小 5年なし
	くだもの（りんご）				りんご			
11水	むぎごはん・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ,むぎ		
	信玄鶏のからあげ	とりにく			にんじん,しょうが	かたくりこ	あぶら	
	げんきサラダ	ぶたにく		にんじん	キャベツ,きゅうり,もやし	さとう	ごまあぶら,ごま,あぶら	
	あさりのすましじる	あさり,なると,とうふ	わかめ	にんじん,とうみょう	だいこん			
	あじつけこざかな		にぼし			さとう	ごま	
12木	むぎごはん・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ,むぎ		
	甲州ワインビーフのぎゅうどん（ぐ）	ぎゅうにく		にんじん	たまねぎ,グリンピース,しょうが	さとう,しらたき	あぶら	
	やさいのごまあえ			にんじん,いんげん	もやし,キャベツ	さとう	ごま	
	にらたまスープ	たまご		にら	えのきたけ,ねぎ	じゃがいも,かたくりこ		
	ドライプルーン				ドライプルーン			
13金	むぎごはん・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ,むぎ		
	北杜市産ジビエのキーマカレー	しかにく		にんじん,トマト	たまねぎ,にんにく,しょうが	さとう	あぶら,カレールウ	
	キャベツソテー	フランクフルト		あかパプリカ,ブロッコリー	コーン,キャベツ		あぶら	
	フルーツヨーグルト		ヨーグルト,なまクリーム		おうとうかん,パインかん,みかんかん	グラニューとう,アセロラジュレ		

日曜日	献立名	赤の仲間の食品 ち・にく・ほねをつくる（1群）	赤の仲間の食品 ち・にく・ほねをつくる（2群）	緑の仲間の食品 からだのちょうしをととのえる（3群）	緑の仲間の食品 からだのちょうしをととのえる（4群）	黄色の仲間の食品 ちからやねつになる（5群）	黄色の仲間の食品 ちからやねつになる（6群）	行事
	※＿＿＿は北杜市産、*斜体*表記は県内産を使用する予定です。							
16月	わかめごはん・ぎゅうにゅう		わかめ,ぎゅうにゅう			こめ,むぎ		
	まぐろカツ	まぐろ			たまねぎ	パンこ,こむぎこ,さとう	あぶら	
	くきわかめのきんぴら	ぶたにく	にぼし,くきわかめ	にんじん,いんげん	ごぼう	さとう,こんにゃく	あぶら	
	とんじる	ぶたにく,とうふ,みそ	にぼし	にんじん	だいこん,ねぎ,しめじ	じゃがいも	あぶら	
	ぶどうゼリー					ぶどうゼリー		
17火	コッペパン・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			コッペパン		
	ソースやきそば	ぶたにく		にんじん,ピーマン	たまねぎ,キャベツ,もやし,にんにく	ちゅうかめん	あぶら	
	きりぼしだいこんのパンバンジーサラダ	とりにく		にんじん	きりぼしだいこん,きゅうり,もやし		ドレッシング	明野小6年 なし
	ぶたにくとはくさいのスープ	ぶたにく		とうみょう	はくさい,にんにく	かたくりこ	あぶら	
	くだもの（みかん）				みかん			
18水	むぎごはん・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ,むぎ		
	さんまのかばやき	さんま				かたくりこ,さとう	あぶら	
	こまつなとツナのレモンふうみ	ツナ		こまつな	きゅうり,レモン	さとう	あぶら,ごま	明野小6年 なし
	かぶのみそしる	あぶらあげ,みそ	にぼし,わかめ	にんじん,かぶのは	たまねぎ,えのきたけ,かぶ			
	こくとうビーンズ	だいず				さとう		
19木	ねじりパン・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ねじりパン		
	ハニーマスタードチキン	とりにく				マスタード,はちみつ	たまごふしょうマヨネーズ	明野小6年 なし
	ポテトサラダ	ロースハム		にんじん	きゅうり,キャベツ,コーン	じゃがいも,さとう	たまごふしょうマヨネーズ	
	きのことたまごのスープ	ベーコン,たまご		とうみょう	たまねぎ,ほししいたけ,しめじ,えのき	かたくりこ	あぶら	
	くだもの（りんご）				りんご			
24火	まるパン・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン		
	やきぐりコロッケ					パンこ,こむぎこ,くり,	あぶら	
	ごぼうサラダ	みそ		にんじん	ごぼう,キャベツ,きゅうり	さとう	たまごふしょうマヨネーズ,ごま	
	かぼちゃのほうとう	ぶたにく,あぶらあげ,みそ	にぼし	にんじん,かぼちゃ	だいこん,ほししいたけ,はくさい,ねぎ	ほうとうめん	あぶら	和食の日
	くだもの（オレンジ）					オレンジ		
25水	むぎごはん・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ,むぎ		
	チンジャオロース	ぶたにく		あかパプリカ,ピーマン	たけのこ,もやし	かたくりこ,さとう	あぶら,ごまあぶら	
	だいこんサラダ			にんじん	だいこん,きゅうり,もやし	さとう,こんにゃく	あぶら,ごまあぶら,ごま	
	もずくとやさいのスープ	かまぼこ	もずく	チンゲンサイ	えのきたけ,ねぎ,コーン			
	マスカットゼリー					マスカットゼリー		
26木	ピラフ・ぎゅうにゅう	ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	しめじ,たまねぎ,グリンピース	こめ,むぎ	バター,あぶら	
	しろみざかなのパンこやき	ホキ				にんにく	パンこ	たまごふしょうマヨネーズ	東小3年 なし
	やさいとハムのソテー	ロースハム		あかパプリカ,きパプリカ		キャベツ,もやし		あぶら
	とりにくとやさいのスープ	とりにく		にんじん,いんげん	たまねぎ,だいこん,はくさい			
	くりのムース					くりのムース		
27金	むぎごはん・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ,むぎ		
	ぶたにくとれんこんのピリからいため	ぶたにく,みそ		にら	たまねぎ,れんこん,こんにゃく,ねぎ	さとう	あぶら,ごまあぶら	
	ひじきサラダ	ツナ		ほうれんそう,にんじん	キャベツ,コーン		ドレッシング	
	なめこのみそしる	とうふ,みそ	にぼし,わかめ		なめこ,はくさい,ねぎ			
	ヨーグルトレーズン					ヨーグルトレーズン		
30月	むぎごはん・ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ,むぎ		
	マーボーどんぶりのぐ	ぶたにく,とりにく,だいず			たまねぎ,たけのこ,ねぎ	かたくりこ,さとう	あぶら,ごまあぶら	須玉小 なし
	ちゅうかサラダ	かまぼこ		こまつな	もやし,キャベツ,きゅうり		ドレッシング	
	ワンタンスープ	とりにく,かまぼこ		にんじん,にら	たまねぎ,ほししいたけ,はくさい	ワンタン	あぶら,ごまあぶら	
	マーラーカオ					マーラーカオ		