【 材 料 表 】

2026年度11月

北方町給食調理場

日(曜)	2(月)	4(水)	5(木)	6(金)	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	16(月)
献立	牛乳 麦ごはん サバの塩焼き 肉じゃが すまし汁 ﾐﾆﾋﾟｰﾁｾﾞﾘｰ（学園）	牛乳 白飯 サワラの西京焼き 高野豆腐の煮物 のっぺい汁	牛乳 黒コッペパン カレーメンチカツ かみかみソテー ポトフ	牛乳 麦ごはん シュウマイ ビビンバの具 わかめスープ りんご（学園）	牛乳 麦ごはん イワシのかば焼き風 大豆の磯煮 切干大根の味噌汁	牛乳 ロールパン ウインナー ごぼうサラダ 焼きそば オレンジ	牛乳 白飯 豚肉のかりん揚げ すろっぽ 五目汁	牛乳 コッペパン 鶏肉のハーブ焼き いもいもサラダ 野菜スープ	牛乳 麦ごはん カレイのから揚げ 煮びたし 芋煮汁 ﾗﾌﾗﾝｽｾﾞﾘｰ（学園）	牛乳 麦ごはん サバの香味焼き 切干大根の炒め煮 すまし汁
献立の材料	普通牛乳 精白米 大麦 サバ 食塩 日本酒 豚肉 日本酒 じゃがいも にんじん 玉ねぎ しらたき グリンピース 中双糖 濃口醤油 本みりん 和風だしのもと サラダ油 絹厚揚げ にんじん ごぼう 大根 えのきたけ かまぼこ 糸昆布 ねぎ 淡口醤油 食塩 本みりん だしパック ミニピーチゼリー	普通牛乳 精白米 サワラ 西京味噌 日本酒 本みりん 高野豆腐 玉ねぎ にんじん 干し椎茸 さやいんげん 淡口醤油 上白糖 和風だしのもと 日本酒 本みりん なめこ えのきたけ さといも 大根 白菜 油揚げ だしパック 淡口醤油 食塩	普通牛乳 黒コッペパン カレーメンチカツ 大豆油 サラダ油 しらす 日本酒 ごぼう にんじん しめじ 小松菜 食塩 白こしょう スープストック 濃口醤油 日本酒 白ワイン 肉団子 大根 にんじん 玉ねぎ じゃがいも ブロッコリー 食塩 白こしょう スープストック ローレル	普通牛乳 精白米 大麦 シュウマイ ごま油 生姜 にんにく 豚肉 日本酒 豆板醤 ぜんまい水煮 にんじん たけのこ にら 上白糖 濃口醤油 白ごま 白こしょう 穀物酢 アサリ 日本酒 玉ねぎ 白菜 大根 わかめ 豆腐 中華スープ 鶏がらスープ 濃口醤油 食塩 白こしょう りんご	普通牛乳 精白米 大麦 イワシ 日本酒 生姜 でん粉 大豆油 濃口醤油 上白糖 本みりん 水 でん粉 大豆 茎わかめ 油揚げ にんじん 枝豆 日本酒 中双糖 本みりん 濃口醤油 和風だしのもと 切干大根 にんじん 玉ねぎ 白菜 糸昆布 えのきたけ ねぎ だしパック 赤味噌 白味噌	普通牛乳 ロールパン ウインナー ごぼう きゅうり だいこん にんじん 香りごまドレッシング 蒸し中華めん サラダ油 豚肉 日本酒 食塩 白こしょう 玉ねぎ キャベツ にんじん 焼きそばソース ウスターソース 生姜酢漬 青のり粉 かつお節 オレンジ	普通牛乳 精白米 豚肉 生姜 濃口醤油 でん粉 大豆油 中双糖 濃口醤油 日本酒 白ごま 大根 にんじん 油揚げ 淡口醤油 三温糖 和風だしのもと にんじん ごぼう 玉ねぎ しめじ 糸昆布 ねぎ 淡口醤油 食塩 本みりん だしパック	普通牛乳 コッペパン 白ワイン 鶏肉 食塩 白こしょう にんにく オレガノ レモン果汁 オリーブ油 さつまいも じゃがいも ホールコーン 枝豆 卵不使用マヨネーズ 白ワイン ベーコン 玉ねぎ 大根 にんじん 白菜 しめじ スープストック 食塩 白こしょう パセリ	普通牛乳 精白米 大麦 カレイのから揚げ 大豆油 油揚げ にんじん ホールコーン 小松菜 白菜 淡口醤油 本みりん かつお節 牛肉 日本酒 さといも こんにゃく ごぼう 干し椎茸 ねぎ だしパック 濃口醤油 淡口醤油 食塩 生姜 ラフランスゼリー	普通牛乳 精白米 大麦 サバ ねぎ 生姜 にんにく 食塩 濃口醤油 日本酒 白ごま ごま油 切干大根 にんじん 油揚げ 濃口醤油 上白糖 日本酒 本みりん サラダ油 干し椎茸 和風だしのもと 絹厚揚げ 糸かまぼこ 白菜 にんじん 大根 えのきたけ わかめ 小松菜 淡口醤油 食塩 本みりん だしパック
揚げ油			4回目（廃油）		1回目		2回目		3回目	
こ保 エネルギー	498 kcal	472 kcal	445 kcal	435 kcal	500 kcal	444 kcal	512 kcal	428 kcal	499 kcal	488 kcal
こ保 食塩	1.5 g	1.6 g	2.0 g	1.2 g	1.9 g	1.9 g	1.4 g	1.8 g	1.2 g	1.7 g
小 エネルギー	619 kcal	581 kcal	619 kcal	577 kcal	595 kcal	549 kcal	632 kcal	586 kcal	613 kcal	588 kcal
小 食塩	2.0 g	2.1 g	2.8 g	1.7 g	2.4 g	2.5 g	1.9 g	2.6 g	1.5 g	2.0 g
中 エネルギー	746 kcal	694 kcal	765 kcal	709 kcal	709 kcal	674 kcal	760 kcal	723 kcal	739 kcal	707 kcal
中 食塩	2.6 g	2.7 g	3.6 g	2.2 g	3.2 g	3.0 g	2.4 g	3.2 g	1.9 g	2.5 g

日(曜)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	30(月)	
献立	牛乳 ソフト麺 肉味噌ソース 厚焼き玉子 ほうれん草の大豆和え	牛乳 白飯 ｱﾕの甘だれかけ（学園） 白身魚の甘だれかけ（こ保） 吹き寄せ煮 じんだ汁 柿（学園）	牛乳 米粉パン 大豆と小魚のごまがらめ たらこポテト 糸貫トマトのスープ	牛乳 麦ごはん 豚肉のねぎ塩焼き ひじきの煮物 さつまいもの味噌汁 ヨーグルト（学園）	牛乳 きしめん れんこんチップス ひきずり 味噌きしめんの汁	牛乳 白飯 玉子と豆腐のしんじょ 豚丼の具 みぞれ汁 ミニピーチゼリー	牛乳 コッペパン マグロカツ カラフルソテー コーンスープ ﾊﾟｲﾝｱｯﾌﾟﾙ（学園）	牛乳 麦ごはん ユニバーサルカレー ハンバーグ こんにゃくサラダ	牛乳 麦ごはん ニシンの竜田揚げ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのごま和え 実だくさん味噌汁	
献立の材料	普通牛乳 ソフト麺 豚肉 日本酒 生姜 にんじん 玉ねぎ たけのこ 干し椎茸 中双糖 豆味噌 赤味噌 サラダ油 でん粉 厚焼き玉子 ほうれん草 白菜 にんじん 和風だしのもと 本みりん 濃口醤油 ひきわり大豆	普通牛乳 精白米 アユでん粉付き 白身魚でん粉付き 大豆油 三温糖 本みりん 淡口醤油 鶏肉 ごぼう にんじん れんこん 銀杏かまぼこ 干し椎茸 さやいんげん 濃口醤油 日本酒 中双糖 和風だしのもと サラダ油 だしパック 大根 にんじん しめじ さといも 絹厚揚げ こんにゃく ねぎ 大豆ペースト 豆乳 淡口醤油 食塩 柿	普通牛乳 米粉パン 大豆 でん粉 大豆油 味付き小魚 中双糖 濃口醤油 本みりん 水 白ごま じゃがいも 玉ねぎ 食塩 白こしょう たらこ サラダ油 豚肉 にんにく 赤ワイン 玉ねぎ にんじん トマト スープストック 食塩 白こしょう オリーブ油 枝豆 ローレル キャベツ	普通牛乳 精白米 大麦 豚肉 ねぎ 生姜 にんにく 食塩 白こしょう 濃口醤油 日本酒 白ごま ごま油 日本酒 ひじき にんじん 鶏肉 こんにゃく さやいんげん 中双糖 濃口醤油 和風だしのもと 本みりん サラダ油 さつまいも 玉ねぎ にんじん 絹厚揚げ しめじ ねぎ だしパック 豆味噌 赤味噌 ヨーグルト	普通牛乳 きしめん れんこん 大豆油 食塩 鶏肉 ねぎ 白菜 しらたき えのきたけ にんじん 濃口醤油 中双糖 日本酒 サラダ油 鶏肉 日本酒 ごぼう 大根 にんじん 干し椎茸 油揚げ かまぼこ ねぎ 豆味噌 赤味噌 だしパック	普通牛乳 精白米 大麦 玉子と豆腐のしんじょ サラダ油 豚肉 生姜 ごぼう にんじん 玉ねぎ 糸こんにゃく 中双糖 濃口醤油 本みりん 日本酒 でん粉 鶏肉 日本酒 大根 にんじん 銀杏かまぼこ ねぎ 白醤油 淡口醤油 食塩 だしパック 生姜 一味唐辛子 ミニピーチゼリー	普通牛乳 コッペパン マグロカツ 大豆油 ベーコン キャベツ にんじん さやいんげん スープストック 食塩 白こしょう サラダ油 玉ねぎ クリームコーン ホールコーン 普通牛乳 脱脂粉乳 パセリ スープストック 食塩 白こしょう 小麦粉 バター サラダ油 パインアップル	普通牛乳 精白米 大麦 赤ワイン 豚肉 食塩 白こしょう 生姜 にんにく サラダ油 じゃがいも 玉ねぎ にんじん りんごピューレ トマトケチャップ ウスターソース ｱﾚﾙｹﾞﾝﾌﾘｰｶﾚｰﾌﾚｰｸ ハンバーグ ｻﾗﾀﾞ用こんにゃく キャベツ さやいんげん ホールコーン 青じそドレッシング	普通牛乳 精白米 大麦 ニシンの竜田揚げ 大豆油 ブロッコリー にんじん 白菜 本みりん 濃口醤油 白ごま 日本酒 アサリ ごぼう 大根 玉ねぎ えのきたけ 油揚げ ねぎ わかめ 豆味噌 赤味噌 だしパック	
揚げ油		4回目	5回目（廃油）		1回目		2回目		3回目	
こ保 エネルギー	497 kcal	455 kcal	421 kcal	516 kcal	468 kcal	489 kcal	464 kcal	550 kcal	483 kcal	
こ保 食塩	1.9 g	1.4 g	1.8 g	1.6 g	1.2 g	1.3 g	1.7 g	1.5 g	1.6 g	
小 エネルギー	644 kcal	611 kcal	584 kcal	673 kcal	584 kcal	592 kcal	623 kcal	641 kcal	590 kcal	
小 食塩	2.4 g	1.6 g	3.0 g	2.0 g	1.8 g	1.5 g	2.6 g	1.9 g	1.8 g	
中 エネルギー	777 kcal	715 kcal	727 kcal	804 kcal	737 kcal	740 kcal	792 kcal	802 kcal	722 kcal	
中 食塩	2.9 g	2.0 g	3.6 g	2.8 g	2.1 g	2.4 g	3.2 g	2.3 g	2.6 g	

※ 毎日使用する材料を表示しました。各ご家庭でご確認ください。
※ こども園・保育園は麦ごはんではなく、白ごはんです。
※ パンには脱脂粉乳が含まれています。
※ 主菜はこども園・保育園40ｇ、1～6年生50ｇ、7～9年生60ｇを目安に作っています。
※ 調味料や加工食品のアレルギーについては、別紙「加工食品等アレルギー食材表」に詳細を表示してあります。
※ 調味料にアレルギー食材を含むものもあります。例：濃口醤油・淡口醤油・豆味噌は大豆が含まれます。
※ ご不明な点がありましたら、栄養士までご連絡ください。（北方町給食調理場　TEL324-3002）