

2025年

11月こんだて

周南市立熊毛学校給食センター

3(月) 文化の日 こんだて ☆牛乳は毎日つきます (☆毎月19日は「食育の日」です) おもなざいりょう (たべもののはたらき) おもとに体を つくるもと になる食品 おもとに 調子を整え るもとに なる食品 おもとに エネルギー のもとに なる食品 エネルギーkcal/たんぱく質g 小学校 中学校	4(火) パリッシュ しるみさかなの バーベキュー ソース アルファベット スープ コッペパン ぎゅうにゅう たまねぎ パン ベーコン にんにく (こむぎこ・こめこ) たら とうもろこし マカロニ パリッシュ エリンギ じゃがいも にんにく りんご ぶなしめじ 653 29.0 821 34.9 大河内小3・4年 なし	5(水) ヨーグルト コーン サラダ むぎ ごはん カレー ライス ぎゅうにゅう にんにく ころも ぎゅうにく たまねぎ じゃがいも ヨーグルト にんにく しょうが りんご とうもろこし 714 21.8 840 24.7	6(木) 出張料理人 ぶたぶた ぶたにくの しょうがやき むぎ ごはん けんちん じる スイートポテト ぎゅうにゅう にんにく ころも とうふ だいこん じゃがいも あぶらあげ ほししいたけ ぶたにく ねぎ しょうが たまねぎ さとう 646 22.3 753 25.7	7(金) シェパース パイ コーン チャウダー アップルパン ぎゅうにゅう りんご パン ベーコン にんにく (こむぎこ・こめこ) しょうが たまねぎ じゃがいも ミートソース ぶなしめじ あらくだき さとう とうもろこし ポテト 704 24.6 871 29.5
10(月) いい歯の日 こんだて さつまいも スティック かみかみ いわしの うめ むぎ ごはん なばじる ぎゅうにゅう ぶなしめじ ころも とうふ えのきだけ たまねぎ あぶらあげ だいこん こま・さとう むぎみそ にんにく こまあぶら いわしのうめ ねぎ さつまいも ひらてん じゃがいも スティック 653 27.0 821 34.9 勝間小、八代小、熊毛中 なし	11(火) フレンチ サラダ 小きな あげパン だいくとパンネの ケチャップに ぎゅうにゅう にんにく パン きなこと たまねぎ (こむぎこ・こめこ) とりにつく ぶなしめじ あぶら だいく キャベツ さとう きゅうり マカロニ 690 25.4 860 30.8 三丘小 なし	12(水) だいがくいも むぎ ごはん はっぼう さい ぎゅうにゅう にんにく ころも ぶたにく たまねぎ じゃがいも うすたまご はくさい いか もやし しょうが ひらてん ほししいたけ 681 23.2 814 26.8 八代小 なし	13(木) こさかな アーモンド (中学校のみ) スタミナ なっとう むぎ ごはん おでん ふう ぎゅうにゅう にんにく ころも がんもどき だいこん じゃがいも うすたまご しろうねぎ さとう ちくわ こんぶ しょうが なっとう こんにゃく こま とりにく アーモンド 663 27.6 823 33.5 勝間小2年、高水小5・6年 なし	14(金) カナダの料理 トマトチリ ビーンズ サーモン シチュー メープル マフィン 小せわりパン ぎゅうにゅう にんにく パン さけ たまねぎ (こむぎこ・こめこ) しろうねぎ にんにく じゃがいも ちゅうりょう とうもろこし オリーブゆ だいく トマト あぶら 693 27.8 838 33.3 ウインナー マフィン
17(月) 地場産 給食 ほうれんそうの ごまあえ ハムカツ むぎ ごはん やさいの みそしる ぎゅうにゅう にんにく ころも とうふ だいこん じゃがいも むぎみそ はくさい さつまいも ハムカツ ねぎ あぶら ほうれんそう ごま もやし さとう 634 20.8 733 23.0 大河内小 なし	18(火) りんごゼリー 地場産 給食 キャベツと もやしの ソテー コッペパン チキン ビーンズ ぎゅうにゅう たまねぎ パン とりにつく にんにく (こむぎこ・こめこ) だいく エリンギ じゃがいも ベーコン さやいんげん さとう トマト あぶら キャベツ ゼリー 645 26.0 809 31.8	19(水) 地場産 給食 ほうれんそうと もやしのナムル ポーク しゅうまい むぎ ごはん なまあげの ちゅうかに ぎゅうにゅう たけのこ ころも とりにつく にんにく じゃがいも あつあげ キャベツ さとう しゅうまい こまつな ほうれんそう きくらげ しょうが でんぶん もやし ごま 669 27.1 827 32.8	20(木) がぶつと食べよう 山口 チキンチキン れんこん みかん むぎ ごはん かきたま じる ぎゅうにゅう はくさい ころも たまご にんにく じゃがいも とうふ ねぎ だいく とりにく れんこん あぶら みかん さとう 659 25.2 777 29.0	21(金) 地場産 給食 いちご ジャム はなっこりー サラダ コッペパン さつまいもの シチュー ぎゅうにゅう にんにく パン とりにつく たまねぎ (こむぎこ・こめこ) ちゅうりょう エリンギ さつまいも ぎゅうにゅう ほうれんそう あぶら とうにゅう はなっこりー ドレッシング キャベツ ジャム もやし ちゅうりょう 688 23.8 859 29.3
24(月) 振替休日 おしらせ 食物アレルギーのある方 に 対応するため、「詳細な献立表」 や「原材料配合表」を提供して います。ご希望の方は学校に お申し出ください。 魚の骨には気を付けて 食べてください。 今月はいろいろな さつまいも料理がでるよ！	25(火) ミルメーク オーロラ ポテト くらめきなこクリーム にくだんごの スープ コッペパン ぎゅうにゅう キャベツ パン ミートボール もやし (こむぎこ・こめこ) チキンハム にんにく じゃがいも たまねぎ マヨネーズ ほししいたけ さとう ねぎ ミルメーク えだまめ くらめきなこクリーム 675 23.9 831 29.4	26(水) 和食の日 こんだて しそひじき さけの あえ しおやき むぎ ごはん あきやさいの みそしる ココアパノア (中学校のみ) ぎゅうにゅう たまねぎ ころも とうふ にんにく じゃがいも あぶらあげ ごぼろ ぶなしめじ わかめ ねぎ むぎみそ キャベツ さけ もやし しそひじき きゅうり 581 26.8 763 33.0	27(木) やまぐち 郷土料理の日 おほかあえ わかめ むぎごはん けんちよう いとこに ぎゅうにゅう だいこん ころも わかめ にんにく じゃがいも とりにく キャベツ さとう とうふ ちゅうりょう あぶらあげ かつおぶし あすき しらたまもち 682 25.7 819 29.6	28(金) ラフランス ゼリー イタリアン ドレッシング サラダ パテチョコレート きのこのクリーム スパゲッティ リパン ぎゅうにゅう たまねぎ ころも とりにつく はくさい (こむぎこ・こめこ) ちゅうりょう にんにく スパゲッティ ぎゅうにゅう ぶなしめじ オリーブゆ えのきだけ ドレッシング キャベツ パセリ ゼリー ブロッコリー とうもろこし パテチョコレート 701 23.9 850 28.7

今月の給食目標

食事のあいさつをきちんとしよう

「いただきます」

自然の恵み、生き物の命を
いただくことへの感謝

「ごちそうさま」

食事を作るために関わった
人たちへの感謝

心をこめてあいさつできているかな？

郷土料理を
味わおう！

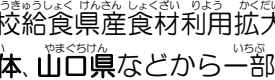
やまぐちけん

やまぐち
郷土料理の日山口県の郷土料理を味わい、関心を
深めるために、山口県内の小・中学校
では11月に「やまぐち郷土料理の日」を実施して
います。熊毛学校給食センターは27日です。

けんちよう



いとこに

県産食材は「学校給食県産食材利用拡大事業」により、JAグループ
山口、水産関係団体、山口県などから一部助成を受けています。読書週間
10/27~11/9給食で、本に登場する
料理を食べて
みましよう。11/6(木)「出張料理人ぶたぶた」より
豚肉の生姜焼き・けんちん汁11/7(金)「アーヤと魔女」より
シェパースパイ物価高騰による食材費への影響を緩和するため、国の「物価高騰対応地方創生臨時交付金」を活用し、保護者負担は据え置いたままで、
1食あたり小学校300円、中学校350円で学校給食を提供しています。