



徳島市中学校給食予定献立表

令和6年11月分

徳島市教育委員会

日	曜	献立内容	材 料 名 (食 品 名)							
			血・肉・骨になる		体の調子を整える		働け力や熱になる			
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
1	金	2年生のみ (ごはん) 1・3年遠足	カレーライス ヨーグルトあえ	豚肉	牛乳 脱脂粉乳 ヨーグルト	にんじん	たまねぎ グリンピース にんにく みかん パイン 黄桃	精白米 強化米 じゃがいも	カレールー 油	
5	火	ごはん	和風ハンバーグ ポイルキャベツ ウスターソース 切り干し大根の炒め煮	ハンバーグ とり肉 さつまあげ	牛乳	にんじん	しょうが キャベツ 切り干し大根 干しいたけ グリンピース	精白米 強化米 さとう	白ごま 油	
6	水	ごはん ふりかけ (大豆)	小さいわしのフライ ばんさんすう	小さいわしフライ ロースハム きんし卵	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり	精白米 強化米 はるさめ さとう	油 ごま油	
7	木	麦ごはん	うま煮 おひたし プリン	豚肉 厚揚げ ちくわ	牛乳	にんじん	こんにやく グリンピース はくさい	精白米 強化米 押麦 じゃがいも さとう プリン		
8	金	ごはん	マーボー豆腐 えだまめサラダ 青じそドレッシング	豚肉 とうふ 赤みそ	牛乳	にんじん ねぎ	たまねぎ 干しいたけ グリンピース しょうが にんにく キャベツ えだまめ とうもろこし	精白米 強化米 さとう でんぶん	油 ごま油 ラー油	
11	月	ごはん	野菜コロケ ポイルキャベツ ウスターソース そば米汁	とり肉 とうふ ちくわ 油揚げ	牛乳	にんじん ねぎ	キャベツ 大根 干しいたけ	精白米 強化米 野菜コロケ そば米	油	
12	火	ごはん	たまごとじ煮 肉だんごの照り煮	とり肉 ちくわ 卵 肉だんごの照り煮	牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ キャベツ 干しいたけ	精白米 強化米 さとう		
13	水	ごはん	肉じゃが 大豆とちりめんあげに	豚肉 さつまあげ がんとどき 大豆	牛乳 ちりめん	にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにやく しょうが	精白米 強化米 じゃがいも さとう でんぶん	油 白ごま	
14	木	麦ごはん	きのこたっぷりポタージュスープ 野菜サラダ ごまドレッシング	とり肉	牛乳	かぼちゃ にんじん	生しいたけ しめじ たまねぎ キャベツ とうもろこし	精白米 強化米 押麦	油 ポタージュの素 ごまドレッシング	
15	金	ごはん	とり肉のねぎソースあえ みそ汁	とり肉 とうふ 油揚げ 赤みそ 白みそ	牛乳 わかめ	ねぎ にんじん	たまねぎ 大根	精白米 強化米 でんぶん さとう さつまいも	油 ごま油 白ごま	
18	月	ごはん	さばのみぞれ煮 ゆかりづけ ひじきのいため煮	さばのみぞれ煮 とり肉 厚揚げ 大豆	牛乳 ひじき	ゆかり にんじん	はくさい こんにやく グリンピース	精白米 強化米 さとう	油	
19	火	(ごはん)	親子丼 すだち酢あえ ミックスナッツ	とり肉 かまぼこ 卵	牛乳	にんじん ねぎ 小松菜	たまねぎ 干しいたけ キャベツ すだち酢	精白米 強化米 さとう	ナッツ ピーナッツ	
20	水	ごはん	八宝菜 揚げぎょうざ	豚肉 えび いか ぎょうざ	牛乳	にんじん	しょうが たまねぎ はくさい ヤングコーン にんにく	精白米 強化米 でんぶん	油 ごま油 ラー油	
21	木	麦ごはん	おでん 厚焼き卵 パワフルチーズ	とり肉 さつまボール がんとどき 厚焼き卵	牛乳 こんぶ チーズ	にんじん	大根 こんにやく	精白米 強化米 押麦 じゃがいも さとう		
22	金	食パン マーガリン	スパゲティカレソースあえ いんげんサラダ オニオンドレッシング	豚肉	牛乳	にんじん さやいんげん	ガーリックパウダー たまねぎ マッシュルーム グリンピース キャベツ とうもろこし	食パン スパゲティ	マーガリン 油 カレールウ オニオンドレッシング	
25	月	ごはん	野菜いため 大豆ごぼうミンチカツ	豚肉 いか 大豆ごぼうミンチカツ	牛乳	にんじん 小松菜	しょうが キャベツ たまねぎ	精白米 強化米	油 ごま油	
26	火	ごはん	とり肉とこんにやくのみそ煮 きゅうりとわかめの酢の物 ヨーグルト	とり肉 厚揚げ ちくわ 赤みそ	牛乳 わかめ ヨーグルト	にんじん さやいんげん	こんにやく たけのこ きゅうり キャベツ	精白米 強化米 さとう	油	
27	水	期末テスト								
28	木	期末テスト								
29	金	(ごはん)	阿波のかきあげ丼 かきあげ丼たれ ふしめん汁	ちくわ 卵 かまぼこ	牛乳 ちりめん わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ 干しいたけ	精白米 強化米 さつまいも でんぶん 小麦粉 ふしめん	油	

は、食育の日の献立です。食育の日には徳島県でとれた食品が多く使用されています。米、牛乳、ねぎ、卵、すだち酢などが使用されています。徳島の恵みに感謝して美味しくいただきます。