



2024年11月献立表



小学校 3・4年	中学校
-------------	-----

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	
1 金	牛乳 ごはん つみれ汁 三色丼	牛乳 エソ(つみれ) 豆 腐 わかめ 昆布 かつお 節 鶏肉 卵	米 砂糖	えのきたけ たまねぎ にんじん しょうが さやいんげん ほうれん 草 とうもろこし	610 28.2	719 32.5
5 火	牛乳 揚げパン (幼・小)/コッペパン(中) 冬味ポトフ マカロニサラダ メーブルジャム(中)	牛乳 きな粉 鶏肉 ベー コン ハム	コッペパン 油 砂糖 じゃがいも マカロニ ノ ンエッグマヨネーズ メー ブルジャム	たまねぎ かぶ にんじん ブロッ コリー きゅうり コーン	617 23.3	774 28.8
6 水	牛乳 ごはん のっぺい汁 とり肉のみそやき 塩キャベツサラダ	牛乳 油揚げ かまぼこ 昆布 かつお節 鶏肉 米みそ ささみ	米 里芋 でんぶん 砂糖 油	こんにゃく ごぼう だいこん に んじん しいたけ ねぎ にんにく きゃべつ	622 27.4	738 31.8
7 木	牛乳 コッペパン(幼・小)/揚げパン (中) トマトスープ じゃがチーズ メーブルジャム(幼・小)	牛乳 きな粉 ウィナー ベーコン チーズ	油 砂糖 コッペパン じゃがいも バター メー ブルジャム	にんじん きゃべつ トマト えだ まめ たまねぎ コーン カリフラ ワー	625 22.2	710 24.9
8 金	牛乳 ごはん キムチ入りトックスープ さばソースかけ	牛乳 豚肉 さば	米 油 ごま油 砂糖 トッ ク	えのきたけ にんじん にら たま ねぎ はくさい キムチ しょうが	673 29.4	795 34.0
11 月	牛乳 ごはん 厚揚げチゲ ひじきサラダ	牛乳 厚揚げ 豚肉 米み そ 麦みそ ひじき まぐ ろ	米 油 砂糖 ごま油 ノン エッグマヨネーズ	だいこん にんじん はくさい き くらげ 根深ねぎ にんにく えだ まめ きゅうり コーン	636 23.5	750 27.0
12 火	牛乳 黒砂糖パン 日出ボークビーンズ コールスローサラダ	牛乳 豚肉 日出町産大 豆 ハム	黒砂糖パン じゃがいも 油 黒砂糖	たまねぎ にんじん トマト きゅ うり きゃべつ	604 29.4	752 35.4
13 水	牛乳 押麦ごはん とりごぼう汁 卵焼き ちりめんそば	牛乳 鶏肉 とうふ 昆布 かつお節 卵 鶏肉 大豆 しらす干し 米みそ	米 押麦 油 砂糖 ごま 油 ごま	ごぼう にんじん こんにゃく ね ぎ	613 26.1	722 30.1
14 木	牛乳 コッペパン ラビオリスープ ごまドレサラダ ヨーグルト	牛乳 ベーコン 豚肉(ラ ビオリ) まぐろ ヨーグ ルト	コッペパン 小麦粉(ラビ オリ) 油 ごま	たまねぎ にんじん きゃべつ ブ ロccoli カリフラワー	603 35.2	729 43.4
15 金	牛乳 ごはん 日出ボークの豚汁 ハモのかぼすおろしがけ みかん	まるごと1日大分県(食育の日)		にんじん しいたけ はくさい 根 深ねぎ だいこん かぼす みかん	637 28.7	732 31.4
18 月	牛乳 ごはん 韓国風わかめスープ トリニータ丼	牛乳 豚肉 わかめ 鶏肉	米 油 ごま ごま油 で んぶん 砂糖	にんにく 根深ねぎ たまねぎ に んじん にら しょうが	650 28.6	771 33.2
19 火	牛乳 コッペパン かぶと白菜のクリーム煮 イタリアンサラダ	牛乳 鶏肉 ウィナー ハム	コッペパン じゃがいも 油	はくさい たまねぎ にんじん か ぶ えだまめ にんにく ブロッコ リー きゅうり コーン	600 26.8	737 31.9
20 水	牛乳 ごはん さつま汁 とり肉のごま焼き	牛乳 豚肉 油揚げ 煮干 し 米みそ 麦みそ 鶏肉	米 さつまいも ごま 砂 糖	はくさい だいこん にんじん 根 深ねぎ ぶなしめじ	634 27.0	751 30.9



献立表・給食レシピ・給食の写真をHPやInstagram
にのせています。ぜひ見て下さいね。



ホームページ



Instagram

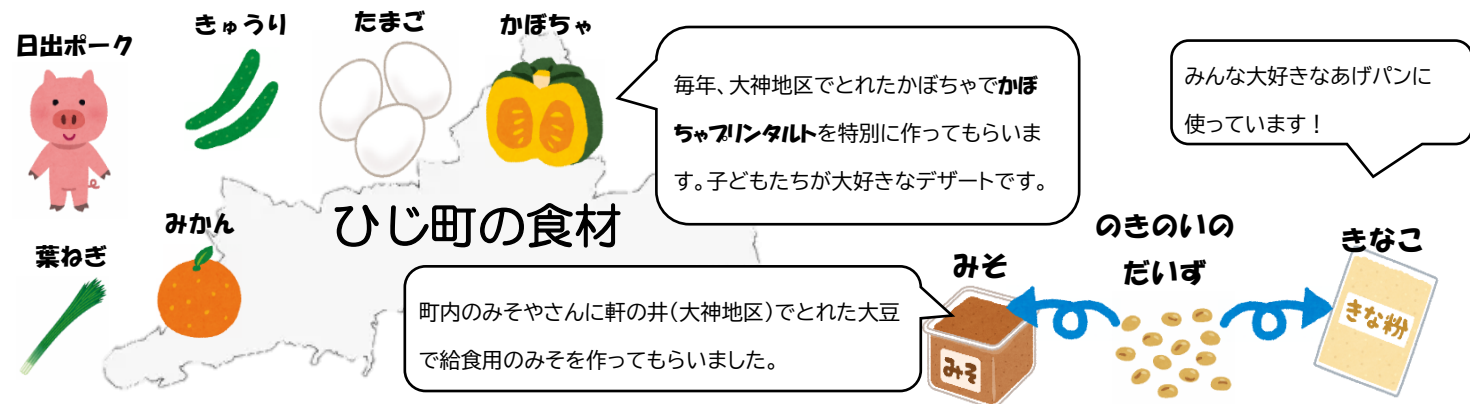
献立担当 渡邊

小学校 3・4年	中学校
-------------	-----

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	
21 木	牛乳 ミルクパン タイピーエン コロッケ	牛乳 豚肉 イカ かまぼ こ 牛肉、卵(コロッケ)	ミルクパン はるさめ ごま 油 油 じゃがいも、パン 粉、小麦粉(コロッケ)	しょうが たまねぎ にんじん もや し きゃべつ きくらげ ねぎ	622 24.8	754 29.4
22 金	牛乳 ごはん けんちん汁 塩サバ 切干大根のいため煮	牛乳 豆腐 昆布 かつお節 塩さば 鶏肉 さつまあげ	米 油 砂糖	こんにゃく ごぼう だいこん にん じん 根深ねぎ 切干しだいこん し いたけ	635 30.8	723 33.0
25 月	牛乳 ごはん カレー えだまめサラダ	牛乳 鶏肉 まぐろ	米 油 じゃがいも 米粉 ノンエッグマヨネーズ	にんにく しょうが たまねぎ にん じん ぶなしめじ えだまめ きゃべ つ きゅうり	650 21.5	769 24.5
26 火	牛乳 コッペパン 肉団子スープ 豚肉のバーベキューいため 日出かぼちゃプリンタルト	牛乳 牛肉(肉団子) 豚肉	コッペパン 砂糖 油 日出 のかぼちゃプリンタルト	きゃべつ にんじん たまねぎ コー ン ピーマン にんにく	663 27.7	782 32.6
27 水	牛乳 ごはん かにかまとたまごのスープ ホキの天玉揚げ おかかあえ	牛乳 卵 鶏肉 かまぼこ ホキ 青さ かつお節	米 はるさめ 油 ノンエッ グマヨネーズ 天玉・小麦粉 (ホキの天玉揚げ)	たまねぎ にんじん 根深ねぎ ブ ロccoli カリフラワー	637 24.6	738 27.3
28 木	牛乳 おさつパン 白菜が主役のミートパスタ ほうれん草のソテー	牛乳 豚肉 大豆 ベーコン	コッペパン さつまいも 砂 糖 スパゲティ 油	にんじん はくさい 根深ねぎ トマ ト にんにく ほうれん草 コーン たまねぎ	646 24.9	796 30.2
29 金	牛乳 五目かまめし なめこ汁 とり肉のレモン風味	牛乳 豆腐 わかめ 煮干し 米みそ 麦みそ 鶏肉	米 でんぶん 油 砂糖	なめこ にんじん たまねぎ 根深 ねぎ レモン たけのこ ごぼう こ んにゃく	685 27.5	750 28.8

まるごと1日大分県

給食では、普段から地産地消を心がけていますが、15日は給食の食材すべてに大分県産
の食材を使用する予定です。



町民試食会のお知らせ

12月の試食会は、初の試みとして、保護者の方以外に町民の方も対象とします。日程は下記のとおりです。申し込みは
12月3日までとし、定員は30名で応募多数の場合は抽選を行い、結果は開催日の1週間前までにハガキにてお知らせいた
します。

【日時】 12月18日(水) 10時30分～ 【給食費】 1名につき270円
【献立】 ごはん、牛乳、だんご汁、ハモのいそべ揚げ、かぼす和え
米、豚肉、ハモ、やせうま、野菜等すべて日出町産の食材で作ります。
【申し込み方法】 電話 72-7785 (給食センター)
またはWeb(右のQRコード)より受け付けます。

