

2026年11月献立表

新メニュー！
ウインナーパン！
お楽しみに！



献立表・給食レシピ・給食の写真をHPやインスタグラムにのせています。ぜひ見てくださいね。

ホームページ　インスタグラム

献立担当　渡邊

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) 小学校3･4年	中学校
2 月	牛乳 ごはん キムチ入りトックスープ チャプチェ	牛乳　鶏肉　豚肉	米　油　砂糖　はるさめ ごま油	えのきたけ　にんじん　ねぎ たまねぎ　はくさい にんにく　にら	627 23.1	740 26.3
4 水	牛乳 ごはん 高野豆腐汁 サワラのみそマヨ焼き	牛乳　鶏肉　卵 高野豆腐　わかめ さわら　みそ	米　でんぷん エッグレスマヨネーズ	にんじん　たまねぎ ぶなしめじ　ねぎ	671 33.0	794 38.3
5 木	牛乳 【小】コッペパン・マーシャルビーンズ 【幼・中】揚げパン ラビオリのトマトスープ おさつサラダ	牛乳　ベーコン　ハム 【幼・中】きなこ	コッペパン　ラビオリ さつまいも ノンエッグマヨネーズ 【小】マーシャルビーンズ	たまねぎ　にんじん きゃべつトマト パセリ　きゅうり　コーン	614 20.3	789 25.5
6 金	牛乳 ごはん もずくスープ ビビンバ	牛乳　鶏肉　もずく 豆腐　かまぼこ　牛肉 卵　みそ	米　油　砂糖　ごま ごま油	にんじん　えのきたけ 根深ねぎ　切干しだいこん にんにく　ほうれん草 もやし	627 27.3	743 31.5
9 月	牛乳 ごはん 厚揚げチゲ おかか和え おさつスティック **かみかみ給食**	牛乳　厚揚げ　豚肉 みそ　かつお節	米　油　砂糖　ごま油 ノンエッグマヨネーズ さつまいも(おさつスティック)	だいこん　にんじん はくさい　根深ねぎ にんにく　ブロッコリー カリフラワー	625 23.3	733 26.6
10 火	牛乳 黒砂糖パン 肉団子のクリーム煮 青のりポテトビーンズ	牛乳　ミートボール ベーコン 日出町産大豆 あおのり	黒砂糖パン　油 でんぷん　じゃがいも	たまねぎ　ほうれん草 ぶなしめじ　にんじん パセリ	640 22.9	790 27.6
11 水	牛乳 ごはん おじゃがもちスープ 焼きビーフン ヨーグルト	牛乳　鶏肉　豚肉 えび　イカ ヨーグルト	米　おじゃがもち ビーフン　油	たまねぎ　にんじん　ねぎ きくらげ　きゃべつ	634 25.3	781 30.1
12 木	牛乳 【小】コッペパン・ほうれん草オムレツ 【幼・中】ウインナーパン ブラウンシチュー まめまめサラダ	牛乳　豚肉　まぐろ 【小】卵(オムレツ) 【幼・中】ウインナー	コッペパン　油 じゃがいも クッキングビーンズ ノンエッグマヨネーズ	しょうが　にんにく　たまねぎ にんじん　マッシュルーム グリンピース　えだまめ きゃべつ 【小】ほうれん草(オムレツ)	680 29.6	810 34.5
13 金	牛乳 ごはん ★のっぺい汁 たちうおフライ 塩こんぶ和え おおいた おいしいモン きゅうしょく	牛乳　鶏肉　油揚げ かまぼこ　タチウオ 塩昆布	米　里芋　でんぷん 油　ごま パン粉･小麦粉(たちうおフライ)	こんにゃく　ごぼう だいこん　にんじん しいたけ　ねぎ きゃべつ	703 25.8	814 28.4
16 月	牛乳 ごはん 麻婆大根 ひじきサラダ	牛乳　豆腐　豚肉 みそ　ひじき まぐろ(ツナ)	米　油　ごま油 でんぷん　砂糖 ノンエッグマヨネーズ	にんじん　たまねぎ　だいこん 根深ねぎ　たけのこ　しいたけ しょうが　にんにく　えだまめ きゅうり　コーン	648 23.7	763 27.2
17 火	牛乳 【小】揚げパン 【幼・中】コッペパン・マーシャルビーンズ 日出ポークのポトフ スクランブルエッグ	牛乳　豚肉　ベーコン 卵　ウィンナー 【小】きなこ	ツイストパン　油　砂糖 じゃがいも 【幼・中】マーシャルビーンズ	だいこん　たまねぎ にんじん　きゃべつ ブロッコリー　アスパラガス	610 27.8	725 31.8
18 水	牛乳 押麦ごはん ★冠地鶏の親子煮 ゆかりあえ ★みかん おおいた おいしいモン きゅうしょく	牛乳　冠地鶏　卵 かまぼこ　厚揚げ	米　押麦　砂糖	しょうが　にんじん たまねぎ　ねぎ　きゅうり みかん	680 27.6	799 31.8
19 木	牛乳 黒砂糖パン 日出かぼちゃのスープ サバのうまみトマト焼き かんきつサラダ	牛乳　ベーコン サバ　ちりめん	黒砂糖パン　オリーブ油	かぼちゃ　にんじん たまねぎ　パセリ　トマト きゃべつ　きゅうり	643 31.8	793 38.0
20 金	牛乳 ごはん 県産野菜のみそ汁 手作りニコニコミートローフ 日出かぼちゃプリンタルト **1日まるごと大分県**	牛乳　豆腐 みそ　牛肉　豚肉 大豆ペースト 卵･牛乳(かぼちゃプリンタルト)	米　さつまいも パン粉　砂糖 小麦粉(かぼちゃプリンタルト)	ごぼう　にんじん　しいたけ ねぎ　たまねぎ	737 27.4	851 31.4
24 火	牛乳 ミルクパン 野菜スープ 焼き栗コロッケ きゃべつのカレーソテー	牛乳　ベーコン	ミルクパン　じゃがいも くり･さつまいも･パン粉 (やきぐりコロッケ)　油	たまねぎ　にんじん コーン　パセリ きゃべつ	608 20.9	729 25.0
25 水	牛乳 ごはん おでん 手作りふりかけ りんご	牛乳　鶏肉　牛すじ 厚揚げ　竹輪　がんもどき うずら卵　昆布　ひじき あおのり　大豆　ちりめん	米　じゃがいも ごま　砂糖	こんにゃく　だいこん にんじん　りんご	651 27.3	767 31.6
26 木	牛乳 【小】ウインナーパン 【幼・中】コッペパン・メープルジャム 白花豆のポタージュ 【幼・中】ほうれん草オムレツ ごまドレサラダ	牛乳　ベーコン 【小】ウインナー 【幼・中】卵(オムレツ)	コッペパン　白花豆 じゃがいも　小麦粉 生クリーム　油　ごま 【幼・中】メープルジャム	たまねぎ　にんじん パセリ　きゅうり きゃべつ 【幼・中】ほうれん草(オムレツ)	626 22.9	786 27.0
27 金	牛乳 すくなめ五目かまめし すいとん汁 とり肉のレモン風味	牛乳　豚肉　油揚げ みそ　鶏肉	米　小麦粉･でんぷん 里芋　油　砂糖	ごぼう　にんじん はくさい　しいたけ 根深ねぎ　レモン	722 30.0	887 36.4
30 月	牛乳 ごはん 冬野菜のみそ汁 さんまみぞれ煮 白菜のかぼすあえ	牛乳　油揚げ みそ　さんま	米　じゃがいも　砂糖	にんじん　ごぼう だいこん　こんにゃく ねぎ　はくさい　かぼす	642 23.4	732 25.3



おおいた おいしいモン きゅうしょく

今月も、大分県から「冠地鶏・みかん・干ししいたけ」を無償提供していただきます。お楽しみに！

手作りニコニコミートローフは、卵・牛乳の代わりに日出町産大豆ペースト（ニコノモト）を使うことで卵・乳アレルギーの人でも食べられるようにしたミートローフです。アレルギー関係なくみんなでニコニコ食べてほしいと思って名前をつけました。

町民試食会のお知らせ

１２月の試食会は、町民試食会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９日（木）までとし、定員は４０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。ご参加をお待ちしています。

【日時】　１２月２３日（水）１０時３０分～１２時３０分
【献立】　白麦ごはん　ちゃんこ鍋　ハモのかぼすおろしがけ　みかん　牛乳
【給食費】　１名につき360円
【申し込み方法】　電話　72－7785　（給食センター）または、右のQRコードからお申し込みください。