

令和7年度



11 月分 予定献立表

が つ ぶ ん よ て い こ ん だ て ひ ょ う

幼稚園

○村田町学校給食センター○

こんげつ きゅうしよくひょう
今月の給食目標

よくかんで食べよう

日 曜	給食がない学校	行事食等	献立名		使用する主な材料				栄養価
			主 食	おかず	赤色の食品 (からだをつくる)	緑色の食品 (からだの調子を整える)	黄色の食品 (からだの調子を整える)	エネルギー kcal たんぱく質 g 脂 質 g 塩 分 g	
4 火			ごはん	サバのみそ煮 大根サラダ 肉じゃが オレンジ	サバ ハム ぶたにく みそ	だいこん きゅうり キャベツ コーン たまねぎ にんじん えだまめ オレンジ	こめ ドレッシング じゃがいも サラダあぶら さとう	436 21.6 10.1 1.5	
5 水			給食はありません						
6 木			(麦ごはん)	ドライカレー チキンサラダ かぶ入りコンソメスープ	ぶたにく だいす スキムミルク とりにく ベーコン	たまねぎ にんじん トマト キャベツ グリーンピース きゅうり ブロッコリー レモン かぶ セロリ にんにく しょうが	こめ むぎ サラダあぶら オリーブゆ さとう じゃがいも カレールウ	494 20.4 12.4 2.2	
7 金			ごはん	焼きぎょうざ(2個) ハンサンスー 八宝菜	とりにく ぶたにく ハム たまご エビ イカ うすたまご	キャベツ にら もやし きゅうり だけのこ にんじん はくさい たまねぎ チンゲンサイ しいたけ	こめ サラダあぶら さとう はるさめ かたくりこ	420 16.3 11.1 1.6	
10 月			ごはん	ホッケのみりん焼き すき昆布の煮物 宮城の芋煮	ホッケ すきこんぶ さつまあげ あぶらあげ ぶたにく とうふ みそ	しいたけ にんじん だけのこ だいすもやし だいこん ごぼう しめじ ねぎ はくさい	こめ サラダあぶら ごま さとう さといも	412 19.1 12.5 2.1	
11 火			(ごはん)	村田町産仙台牛のビビンバ わかめとたまごのスープ みかん	ぎゅうにく とうふ わかめ たまご	ほうれんそう にんじん だいすもやし だいこん えのきだけ ねぎ しょうが にんにく みかん	こめ サラダあぶら さとう ごま かたくりこ	455 19.1 15.6 1.7	
12 水			給食はありません						
13 木			給食はありません						
14 金			給食はありません						
17 月			ごはん	チキン南蛮 カラフルサラダ コンソメスープ	とりにく ハム ベーコン	キャベツ パプリカ きゅうり コーン ブロッコリー にんじん たまねぎ しめじ にんにく しょうが	こめ サラダあぶら てんぷらこ ドレッシング マカロニ	379 16.8 10.1 1.5	
18 火		あさごはんコンテスト入賞作品が登場★のマーク	ごはん	肉みそ ビーフンソテー ★ベジたま中華スープ	ぶたにく だいす たまご とうふ みそ	だけのこ にんじん グリンピース たまねぎ しいたけ キャベツ もやし ビーマン トマト チンゲンサイ にんにく しょうが	こめ サラダあぶら さとう かたくりこ ビーフン	370 16.8 9.4 1.5	
19 水	今月はささかまぼこ!	みやぎ すいさん 水産の日	★枝豆と ひじきの ごはん	笹かまの磯辺揚げ 海そうサラダ なめこ汁	ひじき ツナ ささかまぼこ あぶらあげ あおのり ハム わかめ かんてん つまみ とうふ みそ	にんじん えだまめ きゅうり コーン キャベツ きゅうり コーン なめこ だいこん ねぎ	こめ もちこめ サラダあぶら てんぷらこ ドレッシング さとう	402 17.6 11.7 2.3	
20 木			★野菜 煮しパン	ペンネナポリタン 肉団子のクリームスープ ヨーグルト(ブルーネ味)	たまご チーズ ワイナー ハム とりにく ぶたにく だいす スキムミルク ヨーグルト	コーン ほうれんそう にんじん たまねぎ マッシュルーム ビーマン トマト セロリ チンゲンサイ にんにく フルーン	ホットケーキミックス サラダあぶら ペンネ ホワイトソース オリーブゆ	486 18.1 13.8 1.8	
21 金			ごはん	豚肉と玉ねぎのしょうが焼き ごぼうサラダ せんべい汁	ぶたにく ハム とりにく	たまねぎ こねぎ ごぼう にんじん きゅうり はくさい ねぎ しいたけ しょうが	こめ サラダあぶら さとう マヨネーズ ごま せんべい	451 17.9 15.4 1.4	
25 火			ミルクパン	サケのムニエル チーズとキャベツのサラダ ポトフ	サケ チーズ ベーコン	キャベツ ブロッコリー きゅうり にんじん セロリ だいこん たまねぎ レモン	パン こむぎこ サラダあぶら バター さとう ドレッシング じゃがいも	393 18.5 16.9 2.2	
26 水			ごはん	ポークシュウマイ(2個) ほうれん草の中華サラダ マーボー豆腐	とりにく ぶたにく シラス とうふ ぶたレバー	たまねぎ ほうれんそう きゅうり コーン にんじん ねぎ しいたけ にら にんにく しょうが	こめ こむぎこ はるさめ さとう サラダあぶら かたくりこ	458 20.4 12.9 2.0	
27 木			給食はありません						
28 金		むらさぎ リクエスト 給食	(麦ごはん)	むらた発酵カレー ガーリックポテト キャラメルプリン	ベーコン ぶたにく スキムミルク ホイップクリーム みそ	たまねぎ にんじん にんにく パセリ しょうが ココナッツミルク	こめ むぎ じゃがいも サラダあぶら カレールウ	505 15.8 15.0 1.4	
月平均栄養価			エネルギー: 437kcal たんぱく質: 18.5g 脂質: 12.9g 塩分: 1.8g						

※都合により献立・材料を変更する場合があります。

※ マークがある11日と19日～21日は「地場産品給食の日」です。材料の太字は町内産です。

丈夫な歯をつくろう!
「カルシウムたっぷりメニュー」よくかんで食べよう!
「かみかみメニュー」