令和８年11月学校給食献立予定表

あかのなかま　おもにからだをつくる
きいろのなかま　おもにねつやちからのもとになる
みどりのなかま　おもにからだのちょうしをととのえる

※主な材料に含まれるアレルゲンについて、卵は●、乳は▲、小麦は★と表記しています。
※アレルゲンについては、主な材料名として記載されているものについて表示してあります。調味料等に含まれているものについては各校にお問い合わせ下さい。
※（　　）については食材には含まれていませんが、そのアレルゲンを含む製品を同じ製造ラインで製造しており、微量に混入する恐れがあるものです。

日・曜日	はいぜんず	おもなざいりょうめい あかのなかま	きいろのなかま	みどりのなかま	こんだてめい	料理に含まれるアレルゲン 卵	乳	小麦
2・月	ごはん／たまごやき しょうゆまめ／すきやきふうに	ぎゅうにゅう▲ たまごやき●★ だいず ぎゅうにく やきどうふ(●★)	ごはん さとう あぶら いとこんにゃく	たまねぎ にんじん はくさい ねぎ	ぎゅうにゅう ごはん すきやきふうに たまごやき しょうゆまめ	 (○) ○	○	 (○) ○
4・水	むぎごはん／だいがくいも／あつあげのちゅうかに	ぎゅうにゅう▲ あつあげ ぶたにく	むぎごはん ごまあぶら さとう コーンスターチ さつまいも あぶら くろごま	にんにく たまねぎ にんじん ほししいたけ たけのこ ねぎ	ぎゅうにゅう むぎごはん あつあげのちゅうかに だいがくいも	 	○	
5・木	ごはん／きりぼしだいこんのハリハリづけ／みそやきどん	ぎゅうにゅう▲ ぶたにく みそ	ごはん ごまあぶら さとう	にんにく たまねぎ キャベツ にんじん ねぎ ホールコーン きりぼしだいこん	ぎゅうにゅう ごはん みそやきどん きりぼしだいこんのハリハリづけ	 	○	
6・金	むぎごはん／ししゃもフライ あおないため／こんにゃくのおかかに ししゃもフライ 1~2年1び、3~6年2び 中学校3尾	ぎゅうにゅう▲ ししゃもフライ★(●▲) とりにく ちくわ かつおぶし	むぎごはん あぶら こんにゃく さとう	にんじん たけのこ さやいんげん チンゲンさい ホールコーン	ぎゅうにゅう むぎごはん ししゃもフライ あおないため こんにゃくのおかかに	 (○) 	○ (○) 	 ○
	11月8日「いい歯の日」にちなんで、カルシウムを多く含む「ししゃも」やよくかむことにつながる「こんにゃく、ちくわ」などを取り入れています。							
9・月	ごはん／キャロットラペ／あきやさいカレー／除去食対応日 乳	ぎゅうにゅう▲ ぶたにく とりにく	ごはん あぶら さつまいも こめこ(▲) バター▲ さとう	しょうが にんにく たまねぎ にんじん しめじ きりぼしだいこん レモン	ぎゅうにゅう ごはん あきやさいカレー キャロットラペ	 	○ ○ 	
10・火	ココアあげパン／ペーパー／キャベツとベーコンのソテー／ミネストローネ	ぎゅうにゅう▲ ベーコン ウインナー だいず	ロールパン▲★(●) あぶら さとう ココア じゃがいも	キャベツ ホールコーン セロリー にんにく たまねぎ にんじん トマトみずに	ぎゅうにゅう ココアあげパン キャベツとベーコンのソテー ミネストローネ	 (○) 	○ ○ 	 ○
11・水	むぎごはん／バンサンスー／マーボーどうふ	ぎゅうにゅう▲ ぶたにく とうふ みそ	むぎごはん あぶら さとう コーンスターチ はるさめ わふうドレッシング★	しょうが にんにく ほししいたけ たけのこ にんじん ねぎ キャベツ　チンゲンさい	ぎゅうにゅう むぎごはん マーボーどうふ バンサンスー	 	○ 	 ○
12・木	ごはん／ホキのやさいあんかけ／きりぼしだいこんのスープ	ぎゅうにゅう▲ ホキ ベーコン	ごはん でんぷん あぶら さとう	にんじん たまねぎ こまつな セロリー きりぼしだいこん キャベツ パセリ	ぎゅうにゅう ごはん ホキのやさいあんかけ きりぼしだいこんのスープ	 	○ 	
	かめやまコロッケ　かわさきしょうがっこう							
	ごはん／ソース／かめやまコロッケ ゆでキャベツ／しろみそしる	ぎゅうにゅう▲ ぶたにく あぶらあげ わかめ みそ	ごはん じゃがいも　あぶら こむぎこ★ やまいもこ パンこ★(●▲)	いためたまねぎ(●▲★) おちゃ キャベツ にんじん だいこん　ねぎ	ぎゅうにゅう ごはん かめやまコロッケ ゆでキャベツ しろみそしる ソース	 (○) 	○ (○) 	 ○
13・金	わかめごはん／もやしのごまず／みそおでん／除去食対応日 卵	ぎゅうにゅう▲ わかめごはんのもと あつあげ うずらたまご● みそ	むぎごはん こんにゃく さといも さとう ごま	にんじん だいこん もやし しょうが ねぎ	ぎゅうにゅう わかめごはん みそおでん もやしのごまず	 ○ 	○ 	
16・月	ごはん／ごぼうのあまがらめ／こうやどうふのたまごとじ／除去食対応日 卵	ぎゅうにゅう▲ とりにく こうやどうふ たまご●	ごはん さとう でんぷん あぶら	にんじん たまねぎ さやいんげん ごぼう	ぎゅうにゅう ごはん こうやどうふのたまごとじ ごぼうのあまがらめ	 ○ 	○ 	
	かめやまコロッケ　いだがわしょうがっこう							
	ごはん／ソース／かめやまコロッケ ゆでキャベツ／しろみそしる	ぎゅうにゅう▲ ぶたにく あぶらあげ わかめ みそ	ごはん じゃがいも　あぶら こむぎこ★ やまいもこ パンこ★(●▲)	いためたまねぎ(●▲★) おちゃ キャベツ にんじん だいこん　ねぎ	ぎゅうにゅう ごはん かめやまコロッケ ゆでキャベツ しろみそしる ソース	 (○) 	○ (○) 	 ○

令和８年11月学校給食献立予定表

あかのなかま　おもにからだをつくる
きいろのなかま　おもにねつやちからのもとになる
みどりのなかま　おもにからだのちょうしをととのえる

※主な材料に含まれるアレルゲンについて、卵は●、乳は▲、小麦は★と表記しています。
※アレルゲンについては、主な材料名として記載されているものについて表示してあります。調味料等に含まれているものについては各校にお問い合わせ下さい。
※（　　）については食材には含まれていませんが、そのアレルゲンを含む製品を同じ製造ラインで製造しており、微量に混入する恐れがあるものです。

日・曜日	はいぜんず	おもなざいりょうめい あかのなかま	きいろのなかま	みどりのなかま	こんだてめい	料理に含まれるアレルゲン 卵	乳	小麦
17・火	こくとうパン / さけのこうそうのせ / だいこんのポトフ	ぎゅうにゅう▲ さけ ウインナー	こくとうパン▲★(●) マヨネーズ じゃがいも	パセリ バジル だいこん たまねぎ にんじん えだまめ	ぎゅうにゅう こくとうパン さけのこうそうのせ だいこんのポトフ	 (○) 	○ ○ 	 ○
18・水	ちくわのかめやまちゃあげつぼづけ / ぶたじる / むぎごはん	ぎゅうにゅう▲ ちくわ ぶたにく あぶらあげ みそ	むぎごはん こむぎこ★ やまいもこ あぶら こんにゃく	おちゃ つぼづけ★ ごぼう にんじん だいこん ねぎ	ぎゅうにゅう むぎごはん ちくわのかめやまちゃあげ つぼづけ ぶたじる	 	○ 	 ○ ○
	ソース / かめやまコロッケ / ゆでキャベツ / しろみそしる / むぎごはん	**かめやまコロッケ** ひるおしょうがっこう・ののぼりしょうがっこう・しらかわしょうがっこう ぎゅうにゅう▲ ぶたにく あぶらあげ わかめ みそ	むぎごはん じゃがいも あぶら こむぎこ★ やまいもこ パンこ★(●▲)	いためたまねぎ(●▲★) おちゃ キャベツ にんじん だいこん ねぎ	ぎゅうにゅう むぎごはん かめやまコロッケ ゆでキャベツ しろみそしる ソース	 (○) 	○ (○) 	 ○
19・木	キャベツのわふうサラダ / にたあげをのせる / げんりょうごはん / きつねうどん	ぎゅうにゅう▲ とりにく あぶらあげ まぐろあぶらづけ	ごはん うどん★ さとう	にんじん しめじ ねぎ キャベツ ホールコーン	ぎゅうにゅう げんりょうごはん きつねうどん キャベツのわふうサラダ	 	○ 	 ○
20・金	てまきのり / だいずにくみそそくせきづけ / だんごじる / むぎごはん	ぎゅうにゅう▲　みそ ぶたにく なっとう★ かまぼこ(★) あぶらあげ てまきのり(★)	むぎごはん あぶら さとう しらたまだんご	キャベツ たくあん にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ	ぎゅうにゅう むぎごはん だいずにくみそ そくせきづけ だんごじる てまきのり	 	○ 	 ○ (○) (○)
	11月24日「和食の日」にちなんで、日本ならではのはっこう食品や海そうを取り入れています。							
24・火	てづくりりんごジャム / ロールスローサラダ / チキンビーンズ / ロールパン	ぎゅうにゅう▲ とりにく だいず	ロールパン▲★(●) あぶら じゃがいも さとう マヨネーズ コーンスターチ	にんにく　レモン たまねぎ　キャベツ いためたまねぎ(●▲★) にんじん パセリ トマトみずに ホールコーン りんご	ぎゅうにゅう ロールパン チキンビーンズ コールスローサラダ てづくりりんごジャム	 (○) (○) 	○ ○ (○) 	 ○ (○)
25・水	れんこんののりしおあげ / にくだんごなべ / むぎごはん	ぎゅうにゅう▲ にくだんご あおのり(★)	むぎごはん あぶら	はくさい にんじん もやし ねぎ ほししいたけ れんこん	ぎゅうにゅう むぎごはん にくだんごなべ れんこんののりしおあげ	 	○ 	 (○)
26・木	みかんゼリー / ひじきいりちゅうかそぼろ / ごはん / わかめスープ	ぎゅうにゅう▲ ぶたにく ひじき みそ とうふ わかめ	ごはん あぶら さとう ごま ごまあぶら みかんゼリー(▲)	たけのこ にんじん ほししいたけ ねぎ しょうが にんにく たまねぎ	ぎゅうにゅう ごはん ひじきいりちゅうかそぼろ わかめスープ みかんゼリー	 (○)	○ 	
27・金	むぎごはん / さばのにつけこふきいも / ごもくきんぴら	ぎゅうにゅう▲ さば とりにく	むぎごはん さとう じゃがいも あぶら いとこんにゃく	しょうが ごぼう たけのこ にんじん グリンピース	ぎゅうにゅう むぎごはん さばのにつけ こふきいも ごもくきんぴら	 	○ 	
30・月	ブロッコリーとだいずのサラダ / ごはん / キムチなべ	ぎゅうにゅう▲ ぶたにく やきどうふ(●★) みそ だいず	ごはん さとう マヨネーズ	にんじん たまねぎ はくさい ねぎ キムチづけ★ ブロッコリー ホールコーン	ぎゅうにゅう ごはん キムチなべ ブロッコリーとだいずのサラダ	 (○) 	○ 	 ○

かめやまっ子給食
亀山市でとれた食材を使った献立です。
□印の食材は亀山産です。

げんえん給食
減塩を意識した献立です。スパイスやだしの風味を生かすなどの工夫をしています。

※いろいろな事情により、献立や食材料の一部を変更することがありますのでご了承ください。
※牛乳は毎日つきます。　※ご飯は亀山産のコシヒカリを使用しています。

亀山市教育委員会　亀山市学校給食協会