令和8年　11月分　学校給食献立表　（19回）

今治市立大西調理場
（大西小・大西中）

日（曜）	こんだてめい	あかいろ ちやにくやほねになるもの	きいろ はたらくちからやたいおんになるもの	みどりいろ からだのちょうしをととのえるもの	栄養価 上：小学生 下：中学生
2（月）	メルルーサのれんこんソースやき、コッペパン、りんごとこんぶのサラダ、まこものわふうスパゲティー、ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・だいず・のり・こんぶ・メルルーサ・いか・ぶたにく・ゼラチン・とりひきにく・チーズ	パン・スパゲティ・さとう・ごまあぶら・こめあぶら	キャベツ・きゅうり・こまつな・たまねぎ・パセリ・まこもたけ・レタス・れんこん・りんご・しめじ・トマトピューレ・しょうが・にんにく	618 764
4（水）	ごはん、ひじきのナムル、すりおろしりんごゼリー、まこもたけのはるまき、はくさいとにくだんごのスープ、ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・だいず・ひじき・アガー・ぎゅうひきにく・ぶたひきにく・にくだんご	こめ・こむぎこ・はるまきのかわ・でんぷん・はるさめ・さとう・ごま・ごまあぶら・こめあぶら	キャベツ・こまつな・たまねぎ・にんじん・しろねぎ・はくさい・まこもたけ・もやし・りんごソース・りんごジュース・レモン・えのきだけ	642 —
5（木）	とうふとごぼうのミートグラタン、クランベリーパインパン、わかめのごまドレッシングサラダ、ようふうにくじゃが、ぎゅうにゅう、カルシウムの日	ぎゅうにゅう・とうふ・わかめ・ぎゅうひきにく・ぶたひきにく・ウインナー・ぎゅうにゅう・チーズ	こむぎこ・パン・じゃがいも・さとう・さんおんとう・ごま・クランベリーパイン・ごまあぶら・こめあぶら・バター	キャベツ・ごぼう・だいこん・たまねぎ・とうもろこし・にんじん・ブロッコリー・レタス・レモン・しめじ・にんにく	652 805
6（金）	ごはん、キャベツのおかかあえ、あげだし・まこもたけ、かたぬきチーズ、よせなべ、ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・とうふ・かつおぶし・じゃこボール・とりひきにく・とりにくチーズ・（こんぶ）・（けずりぶし）	こむぎこ・こめ・こめこ・でんぷん・さとう・さんおんとう・こめあぶら	キャベツ・きゅうり・こまつな・だいこん・たまねぎ・とうもろこし・にんじん・しろねぎ・はくさい・まこもたけ・ほししいたけ・しいたけ	586 740
9（月）	ブロッコリーのチーズオムレツ、コッペパン、きりぼしだいこんのかみかみサラダ、あきのクリームスープ、ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・しろいんげんまめペースト・とうにゅう・ひよこまめ・かにかまぼこ・ロースハム・とりにく・たまご・チーズ	パン・こめこ・さつまいも・さとう・こめあぶら・バター	かぼちゃペースト・キャベツ・こまつな・きりぼしだいこん・たまねぎ・ブロッコリー・レタス・れんこん・えのきだけ・きくらげ・ほししいたけ・しめじ	590 727
10（火）	ごはん、のりずあえ、しろごまプリン、やさいチップス、だいこんとこうやのピリからに、ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・こうやどうふ・とうにゅう・のり・アガー・まぐろあぶらづけ・ぶたにく・うずらたまご・なまクリーム・みそ・（ガラスープ）	こめ・じゃがいも・さとう・さんおんとう・ねりごま・こめあぶら	こんにゃく・キャベツ・きゅうり・だいこん・たけのこ・チンゲンサイ・にんじん・れんこん・しめじ・しょうが・にんにく	646 810
11（水）	げんりょうごはん、ばいにくあえ、もちしのだ、さけのちゃんちゃんやき、いっしょにたべてね、きつねうどん、ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・わかめ・さけ・ちくわ・みそ・（こんぶ）・（けずりぶし）	うどん・こめ・さとう・さんおんとう・ごまあぶら・バター・もちしのだ	キャベツ・きゅうり・だいこん・たまねぎ・にんじん・ねぎ・あかピーマン・ばいにく	664 831
12（木）	とりにくのまめまめあげ、コッペパン、はるさめサラダ、くきわかめとたまごのスープ、ぎゅうにゅう、ピースの日	ぎゅうにゅう・だいず・とうふ・くきわかめ・ロースハム・とりにく・たまご	こむぎこ・パン・でんぷん・はるさめ・さとう・ごま・ごまあぶら・こめあぶら	キャベツ・たまねぎ・にんじん・えのきだけ・しょうが	612 762
13（金）	むぎごはん、こんにゃくサラダ、とうふのツナでんがく、さといもカレー、かけてたべてね、ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・だいず・やきどうふ・まぐろあぶらづけ・ぎゅうにく・だっしふんにゅう・みそ	むぎ・こめ・さといも・さとう・ごま・ごまあぶら・こめあぶら・バター・マヨネーズ・カレールウ	サラダこんにゃく・グリンピース・キャベツ・だいこん・たまねぎ・にんじん・りんごソース・しょうが・にんにく	614 797
16（月）	さつまいものこめこグラタン、はだかむぎこパン、れんこんサラダ、みかんゼリー、もちむぎのミネストローネ、ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・ぶたにく・とりにく・チーズ	もちむぎ・はだかむぎこパン・こめこ・さつまいも・さといも・さとう・こめあぶら・バター・みかんゼリー	キャベツ・きゅうり・こまつな・たまねぎ・にんじん・はくさい・パセリ・れんこん・ほししいたけ・しめじ・トマトピューレ	579 703
17（火）	まこもしらすピラフ、あおじそひじき、みかん、はものフリットにんにくねぎソース、れんこんこんさいボトフ、ぎゅうにゅう、全国学校給食甲子園	ぎゅうにゅう・あつあげ・ひじき・しらすぼし・はも・とりひきにく・（ガラスープ）	こむぎこ・こめ・さつまいも・でんぷん・さとう・ごま・いちごジャム・オリーブオイル・ごまあぶら・こめあぶら・バター	えだまめ・キャベツ・こまつな・しそ・だいこん・たまねぎ・にんじん・しろねぎ・まこもたけ・れんこん・みかん・ほししいたけ・にんにく	608 776

日（曜）	こんだてめい	あかいろ ちやにくやほねになるもの	きいろ はたらくちからやたいおんになるもの	みどりいろ からだのちょうしをととのえるもの	栄養価 上：小学生 下：中学生
18（水）	ごはん、キャベツのおかかあえ、すりおろしりんごゼリー、きなことうふのナゲット、やさいたっぷりみそしる、ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・きなこ・とうふ・わかめ・アガー・かつおぶし・とりひきにく・みそ・（にぼし）	こめ・さつまいも・でんぷん・さとう・こめあぶら	キャベツ・こまつな・だいこん・たまねぎ・にんじん・ねぎ・はくさい・りんごソース・りんごジュース・レモン・えのきだけ・しょうが・にんにく	— 786
19（木）	ぶたにくのかんきつソースかけ、コッペパン、まこもとひじきのそぼろサラダ、ようふうかきたまじる、ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・ひじき・ぶたにく・ぶたひきにく・とりにく・たまご	こむぎこ・パン・じゃがいも・でんぷん・さとう・こめあぶら	キャベツ・こまつな・たまねぎ・にんじん・まこもたけ・みかんジュース・レモン・ほししいたけ・しょうが	598 746
20（金）	かけてたべてね、ごはん、くろけぎゅうのぎゅうそぼろ、たいのふわふわやき、キャベツのすのもの、さといもとあつあげのにもの、ぎゅうにゅう、JAおちいまばり様より無償提供	ぎゅうにゅう・だいず・あつあげ・わかめ・しらすぼし・かつおぶし・たい・ぎゅうにく・ぶたにく・（にぼし）	こめ・さといも・ながいも・さとう・さんおんとう・こめあぶら・マヨネーズ	キャベツ・ごぼう・だいこん・たまねぎ・にんじん・しろねぎ・ほししいたけ・しょうが	639 796
24（火）	れんこんとひじきのシャキシャキたきこみごはん、さつまいものおろしあえ、ホキのもみじやき、とうにゅうプリンタルトのしらたまいりすまましじる、日本一おいしい給食、ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・あぶらあげ・わかめ・ひじき・しらすぼし・ホキ・かまぼこ・ちくわ・とりにく・ヨーグルト・（こんぶ）・（かつおぶし）	こめ・もち・さつまいも・さとう・とうにゅうプリンタルト・マヨネーズ	えだまめ・きゅうり・だいこん・たまねぎ・にんじん・にんじんペースト・パセリ・れんこん・えのきだけ	613 762
25（水）	ごはん、あかしそあえ、さつまいものいがぐりあげ、にくみそおでん、ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・あつあげ・こんぶ・ちくわ・とりひきにく・うずらたまご・たまごみそ・にくだんご・（けずりぶし）	こめ・こむぎこ・そうめん・さつまいも・じゃがいも・でんぷん・さとう・ごま・こめあぶら	こんにゃく・キャベツ・こまつな・あかしそ・だいこん・にんじん・もやし・しょうが	694 881
26（木）	ぶたにくのしょうがいため、シナモンあげパン、れんこんコールスローサラダ、ファイバーコーンスープ、ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・ぶたにく・とりにく	おおむぎ・パン・じゃがいも・さとう・こめあぶら・マヨネーズ	キャベツ・きゅうり・しょうが・たまねぎ・チンゲンサイ・コーンかん・ねぎ・レタス・れんこん	580 728
27（金）	むぎごはん、ツナのわふうサラダ、ちくわのチーズフライ、せとうちレモンかおるしおぶたどん、かけてたべてね、ぎゅうにゅう、i.i.imabari! ブランド給食	ぎゅうにゅう・まぐろあぶらづけ・ちくわ・ぶたにく・たまご・チーズ・（ガラスープ）	むぎ・こむぎこ・パンこ・こめ・さといも・じゃがいも・でんぷん・さとう・こめあぶら	キャベツ・こまつな・たまねぎ・にんじん・ねぎ・はくさい・レモン・しいたけ・しょうが	591 730
30（月）	レバーとこんさいのかみかみあえ、コッペパン、ポテトサラダ、とうふのかにあんスープ、ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう・とうふ・かにかまぼこ・ぶたレバー・とりにく・たまご・みそ	こむぎこ・パン・こめこ・じゃがいも・でんぷん・さとう・ごま・こめあぶら・マヨネーズ	ごぼう・たまねぎ・とうもろこし・にんじん・しろねぎ・ブロッコリー・れんこん・えのきだけ・きくらげ・ほししいたけ・しょうが	592 727

全国学校給食甲子園

第２０回大会（2025年度）で大島調理場の給食が女子栄養大学特別賞をいただきました。

今回の献立の「はものフリットにんにくねぎソース」では、愛媛県産のはもを揚げ、ソースには春に収穫したいちごで作ったジャムも加えています。
汁物は、今治の特産品であるとり、生れんこんを使った「れんこん根菜ポトフ」で、地場産のとりにくや干ししいたけ等をふんだんに使い、具だくさんにしました。

地場産物の魅力が、ぎゅっと詰まった給食です。楽しみにしてくださいね！

大西調理場では 17 日に登場します。

大島調理場
濱西先生



いい和食の日

今治市では、「学校給食摂取基準」に基づき、身体計測のデータから各学校（学年・クラス）ごとに基準を作成し、給食を提供しています。毎日の栄養価は、小学校は4年生　中学校は1～3年生の提供エネルギー量の平均を記載しています。

※　○印の日にはスプーンがつきます。　※　材料の都合により、献立を変更することがあります。