

令和7年度

11月献立表

中学校給食センター

日・曜	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	17日(月)	18日(火)
献立名	ご飯 牛乳 チキン南蛮(2個) タルタルソース(小袋) 花野菜のサラダ 味噌ワンドソース	ご飯 牛乳 ほっけの一夜干し 厚揚げの香味炒め すいとん	ご飯 牛乳 鶏のすき焼き 大根の甘酢和え 大福	コッペパン 牛乳 鱈フライ 茎わかめのサラダ 根菜のスープ	米粉ボークカレーライス 牛乳 レインボーサラダ 福神漬け	ご飯 牛乳 鯖の竜田揚げ 有機ほうれん草のお浸し 鶏のつくね汁	ご飯 牛乳 鶏肉の酒かす漬け焼き ひじきのそぼろ煮 小松菜とさつまいもの ピリ辛スープ	ご飯 牛乳 小松菜まんじゅう(2個) ツナマヨしりしり ポトフ さつまいもチップス	コッペパン 牛乳 ポロニアハムのソテー バジルマリネ 豆まめミネストローネ	ご飯 牛乳 鯉の生姜煮 しょうゆ麹炒め 豚汁	ご飯 牛乳 ハンバーグのデミグラスソースかけ コーンポテト オニオンスープ
材料名および使用量(g)	米 95 牛乳 1本 鶏肉 80 塩 0.2 胡椒 0.02 でん粉 8 なたね油 8 酢 4.8 砂糖 1.5 濃口しょうゆ 2.5 タルタルソース(小袋) 8 ブロッコリー 15 カリフラワー 15 人参 10 淡口しょうゆ 1.2 酢 1.2 なたね油 0.6 砂糖 0.4 塩 0.1 ワンドン 6 豚挽肉 20 白菜 30 玉葱 20 人参 5 青ねぎ 3 味噌 14 胡椒 0.02 豆板醤 0.08 ボークフィヨン 適量	米 95 牛乳 1本 ほっけの一夜干し 50 酒 0.5 厚揚げ 40 豚肉 20 人参 10 にら 3 なたね油 0.5 濃口しょうゆ 2.5 酒 0.6 ジンジャーパウダー 0.25 塩 0.1 胡椒 0.01 すいとん 35 鶏肉 20 油揚げ 4 大根 30 人参 5 白ねぎ 3 淡口しょうゆ 7 塩 0.1 けずりぶし 3	米 95 牛乳 1本 鶏肉 35 焼き豆腐 45 白菜 50 糸こんにゃく 35 玉葱 30 人参 10 ごぼう 10 白ねぎ 3 麩 6 なたね油 1 砂糖 3.5 濃口しょうゆ 10 酒 0.6 ポークハム 10 大根 30 人参 5 砂糖 1.2 淡口しょうゆ 1 酢 2 大福 50	コッペパン 70 牛乳 1本 鱈フライ 60 なたね油 6 茎わかめ 5 ちりめんじゃこ 3 もやし 20 人参 5 ドレッシング(和風) 6 ベーコン 15 じゃがいも 30 玉葱 20 れんこん 10 ごぼう 10 人参 5 コンソメ 1.5 淡口しょうゆ 1.5 塩 0.5 胡椒 0.01 ボークフィヨン 適量 11月8日は… いい歯の日 よく噛んで食べよう!	米 95 豚肉 50 じゃがいも 60 玉葱 60 人参 15 トマト 15 なたね油 1 米粉 5 カレー粉 0.8 とんかつソース 5.5 トマトグチャップ 2.5 塩 1.5 赤ワイン 1.5 濃口しょうゆ 0.5 ジンジャーパウダー 0.4 黒砂糖 2.5 乾燥にんにく 0.1 ボークフィヨン 適量 牛乳 1本 チキンハム 10 キャベツ 10 大根 10 きゅうり 5 人参 5 とうもろこし 5 わかめ 0.2 淡口しょうゆ 1.3 なたね油 0.6 砂糖 0.5 胡椒 0.01 福神漬け 10	米 95 牛乳 1本 鯖 60 濃口しょうゆ 2 酒 0.5 塩 0.1 ジンジャーパウダー 0.1 ガーリックパウダー 0.05 でん粉 6 なたね油 6 有機ほうれん草 15 大根 15 人参 10 淡口しょうゆ 2 みりん 1.5 花かつお 0.5 鶏つくね(兵庫県産) 30 豆腐(兵庫県産) 25 玉葱 25 人参 10 白ねぎ 4 淡口しょうゆ 7 酒 0.3 けずりぶし 3 伊丹市で収穫された小松菜、さつまいもを使用します。酒かすは市内の酒造メーカーで製造されました。	米 95 牛乳 1本 鶏肉 70 酒かす 0.8 濃口しょうゆ 4 砂糖 1.5 みりん 0.5 ジンジャーパウダー 0.05 ガーリックパウダー 0.05 ひじき(兵庫県産) 1 油揚げ 3 豚挽肉 20 人参 10 黒大豆枝豆 5 なたね油 0.5 砂糖 1 濃口しょうゆ 2 酒 0.5 みりん 0.3 小松菜 10 さつまいも 30 平天 10 玉葱 25 人参 10 えのきだけ 5 味噌(兵庫県産) 14 胡椒 0.02 豆板醤 0.08 けずりぶし 3 今月のトライやる献立は、南中学校と北中学校の4名が考えてくれました。テーマは「兵庫たっぷり！旬の人気献立」です。伊丹市や兵庫県で作られた食材を使って地産地消ができるように工夫されています。また、10日～14日には伊丹市や兵庫県で収穫された食材を使用するので、兵庫の恵み感謝して食べましょう。(兵庫県産の食材は太字になっています)	米 95 牛乳 1本 小松菜まんじゅう(豚) 50 人参 35 ツナ 15 ごま油 0.2 すりごま 0.6 マヨネーズ 3 濃口しょうゆ 1 塩 0.01 胡椒 0.02 鶏肉 20 じゃがいも 50 玉葱 50 大根 30 人参 20 しめじ 15 セロリ 3 なたね油 1 コンソメ 1 塩 0.7 胡椒 0.02 チキンフィヨン 適量 さつまいもチップス 5 トライやる献立	コッペパン 70 牛乳 1本 ポロニアハム(鶏・豚) 60 きゅうり 25 玉葱 10 人参 5 バジルペースト 1.8 酢 1.5 オリーブ油 0.7 砂糖 0.7 塩 0.2 胡椒 0.02 大豆(兵庫県産) 10 豚肉 20 マカロニ 7 玉葱 30 じゃがいも 30 トマト 15 人参 5 マッシュルーム 5 なたね油 0.5 トマトグチャップ 13 塩 0.8 乾燥にんにく 0.06 胡椒 0.05 ボークフィヨン 適量	米 95 牛乳 1本 練みりん 40 酒 3 砂糖 3 濃口しょうゆ 4.5 ジンジャーパウダー 0.1 鶏肉 20 キャベツ 15 玉葱 15 人参 5 エリンギ 5 なたね油 0.5 しょうゆ麹 6 濃口しょうゆ 0.5 豚肉 25 豆腐 30 油揚げ 4 玉葱 15 つきこんにゃく 10 もやし 10 人参 5 青ねぎ 3 味噌 14 けずりぶし 3 玉葱 40 ベーコン 15 白菜 20 人参 10 セロリ 1 淡口しょうゆ 4 塩 0.4 胡椒 0.01 ボークフィヨン 適量	米 95 牛乳 1本 ハンバーグ(鶏・豚) 80 なたね油 0.2 しめじ 5 デミグラスソース 10 みりん 1.5 酒 1.5 砂糖 1 赤味噌 2 ガーリックパウダー 0.05 じゃがいも 40 とうもろこし 10 塩 0.3 胡椒 0.02 玉葱 40 ベーコン 15 白菜 20 人参 10 セロリ 1 淡口しょうゆ 4 塩 0.4 胡椒 0.01 ボークフィヨン 適量
中学	857kcal 34.4g	744kcal 34.5g	815kcal 28.1g	726kcal 28.9g	725kcal 27.1g	841kcal 30.3g	770kcal 33.6g	723kcal 27.8g	726kcal 33.0g	751kcal 34.6g	743kcal 29.5g

牛乳1本・・・206g ※パンは小麦粉重量で表示しています。

※学校給食献立表に関してのお問い合わせは、中学校給食センター(TEL:072-784-8045 FAX:072-784-8046)までご連絡ください。

◎中学校給食センターのホームページを開設しています。伊丹市のホームページ、または【伊丹市立中学校給食センター】で検索していただくとご覧いただけます。

日・曜	19日(水)	20日(木)	21日(金)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
献立名	ご飯 海苔の佃煮 牛乳 鰯のカレー揚げ 高野豆腐の卵とじ 大根の味噌汁	鶏丼 牛乳 餅いなの含め煮 のっぺい汁	くるくるパン 牛乳 ニョッキのミートソース 白菜とかぼちゃの 豆乳クリームスープ 梨ゼリー	ご飯 牛乳 鮭の塩麹焼き 筑前煮 わかめの味噌汁 伊丹市産 スイートポテト	ご飯 牛乳 揚げ棒餃子 マーボー春雨 中華スープ	ご飯 牛乳 鶏肉の和風ピカタ もやしのツナ和え 豆腐のスープ	とんかつバーガー バーガーパン とんかつのソースかけ キャベツのサラダ 牛乳 コンソメスープ
材料名および使用量（g）	米 95	米 95	くるくるパン 60	米 95	米 95	米 95	バーガーパン 70
	海苔の佃煮 8	鶏肉 45	牛乳 1本	牛乳 1本	牛乳 1本	牛乳 1本	とんかつ 60
	牛乳 1本	玉葱 25	ニョッキ 30	鮭 60	棒餃子 40	鶏肉 70	なたね油 6
	鰯 30	糸こんにやく 15	豚挽肉 25	塩麹 6	(豚・鶏) 4	塩麹 3	とんかつソース 7
	カレー粉 0.3	人参 5	玉葱 25	鶏肉 25	なたね油 5	酒 0.5	トマトケチャップ 3
	濃口しょうゆ 1	さやいんげん 3	トマト 15	こんにやく 10	鶏挽肉 30	米粉 5	砂糖 0.5
	酒 0.5	なたね油 0.5	人参 10	れんこん 5	春雨 5	卵 8	キャベツ 30
	塩 0.2	砂糖 1.5	セロリ 0.5	ごぼう 5	玉葱 20	淡口しょうゆ 2	マヨネーズ 4
	シンジャーパウダー 0.08	濃口しょうゆ 4.5	なたね油 0.5	人参 5	人参 5	あおさ粉 0.2	牛乳 1本
	ガーリックパウダー 0.05	酒 0.6	トマトケチャップ 8	さやいんげん 3	たけのこ 5	もやし 30	チキンウインナー 35
でん粉 4	ガーリックパウダー 0.05	とんかつソース 3	干しいたけ 0.3	なたね油 0.5	ツナ 10	玉葱 30	
なたね油 3	牛乳 1本	砂糖 0.2	なたね油 0.5	濃口しょうゆ 1.5	人参 5	じゃがいも 30	
高野豆腐 5	餅いなり 35	胡椒 0.02	濃口しょうゆ 2.5	赤味噌 1.5	淡口しょうゆ 1.8	人参 5	
鶏挽肉 25	淡口しょうゆ 2	白菜 30	みりん 1	砂糖 0.5	なたね油 0.6	セロリ 1	
卵 15	砂糖 0.7	かぼちゃ 30	酒 0.5	砂糖 0.5	砂糖 0.4	コンソメ 1.5	
玉葱 10	みりん 0.2	鶏肉 25	わかめ 0.8	酒 0.5	胡椒 0.01	淡口しょうゆ 1.5	
人参 5	けずりぶし 0.2	玉葱 30	豆腐 30	豆板醤 0.1	豆腐 30	塩 0.5	
むき枝豆 3	豚肉 20	人参 10	油揚げ 4	でん粉 0.5	ベーコン 15	胡椒 0.01	
なたね油 0.5	里芋 15	なたね油 0.5	厚揚げ（ミニ） 15	かまぼこ（千切り） 30	玉葱 30	チキンブイヨン 適量	
砂糖 1.5	大根 30	豆乳 25	玉葱 30	白菜 20	チンゲンサイ 10		
淡口しょうゆ 2.5	人参 10	コンソメ 1	大根 15	白葱 20	人参 5		
みりん 0.3	しめじ 5	塩 0.5	人参 5	玉葱 20	とうもろこし 5		
けずりぶし 0.2	青ねぎ 3	胡椒 0.02	味噌 14	人参 5	淡口しょうゆ 4		
大根 30	淡口しょうゆ 7	白ワイン 1	けずりぶし 3	にら 3	塩 0.4		
大根葉 1	酒 0.3	米粉 4	伊丹市産 30	干しいたけ 0.5	胡椒 0.01		
竹輪 10	塩 0.1	チキンブイヨン 適量	スイートポテト	淡口しょうゆ 4	でん粉 1.5		
玉葱 25	シンジャーパウダー 0.04	梨ゼリー 50		酒 0.6	けずりぶし 3		
じゃがいも 25	でん粉 1.8			塩 0.4			
人参 5	けずりぶし 3			胡椒 0.02			
干しいたけ 0.5				シンジャーパウダー 0.03			
味噌 14				でん粉 1.8			
けずりぶし 3				けずりぶし 3			
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根 30							
大根葉 1							
竹輪 10							
玉葱 25							
じゃがいも 25							
人参 5							
干しいたけ 0.5							
味噌 14							
けずりぶし 3							
鰯 30							
大根</							