令和8年 11 月 小・中学校給食予定献立表

上山市教育委員会
上山市学校給食センター

○おもにエネルギーのもとになる：きいろの仲間　△おもに体をつくるもとになる：あかの仲間　□おもに体の調子を整えるもとになる：みどりの仲間
●▲■：地産地消食材（上山市産、山形県産）　米：上山市トップブランド米　牛乳：毎回付きます

日付 曜日			エネルギー 小学校 中学校
2 月	ごはん	**ほっけ昆布醤油焼き**（△ほっけ昆布醤油干し　↓□干ししいたけ　□つきこんにゃく　しょうゆ　○さとう　○ごま油） **れんこんのそぼろ煮**（□れんこん　□にんじん　□枝豆　△鶏ひき肉　□玉ねぎ　△炒り玉子　□生姜　酒 **小松菜のみそ汁**（□小松菜　△油揚げ　□えのきたけ　▲みそ　だし）	512 646
3 火	（祝）文化の日		
4 水	ごはん	**カニクリーミィコロッケ**（△カニクリーミィコロッケ） **鶏肉と野菜の炒め煮**（△とり肉　■はくさい　□もやし　□にんじん　△削り節　しょうゆ） **すまし汁**（△花なると　○白玉麩　△豆腐　しょうゆ　塩　だし）	576 708
5 木	ごはん	**にらまんじゅう**（△にらまんじゅう　○油） **わかめの和え物**（△わかめ　□きゅうり　□玉ねぎ　△糸かまぼこ　□とうもろこし　しょうゆ　○さとう　酢　○ごま） **豚汁**（▲豚肉　□にんじん　△豆腐　□ぶなしめじ　□ごぼう　▲みそ　だし）	569 782
6 金	ごはん	**山形牛ハヤシ**（▲山形牛　□玉ねぎ　□にんじん　■マッシュルーム　ハヤシルウ　ブラウンルウ　トマトケチャップ） **ウィンナー玉子巻き**（△ウィンナー玉子巻き） **フルーツミックスゼリー入り**（■黄桃　■白桃　■ラ・フランス　■りんご　□みかん　○ぶどうゼリー）　スプーンがつきます	706 887
9 月	ごはん	**とろにしん照り焼き**（△とろにしん照り焼き） **きんぴらごぼう**（□ごぼう　□にんじん　□糸こんにゃく　△さつま揚げ　しょうゆ　酒　みりん　○油　○ごま） **鶏肉団子汁**（△鶏肉団子　■大根　□にんじん　■ねぎ　□干ししいたけ　▲みそ　だし）	594 741
10 火	バンズパン	**えびカツオーロラソース**（△えびカツ　○油　トマトケチャップ　○マヨネーズ　○さとう　白ワイン） **ブロッコリーサラダ**（□ブロッコリー　■キャベツ　□にんじん　△チーズ　青じそドレッシング）	522 748
11 水	ごはん	**いなり餅**（△いなり餅）　↓酒　みりん　トウバンジャン　○ごま油） **豚肉のピリ辛炒め煮**（▲豚肉　□ごぼう　□にんじん　△錦糸玉子　□白菜キムチ　□枝豆　□糸こんにゃく　□生姜　□にんにく　○ごま　しょうゆ **きのこ汁**（△豆腐　□ぶなしめじ　□えのきたけ　□にんじん　しょうゆ　だし）	585 722
12 木	ごはん	**五目野菜肉団子**（△五目野菜肉団子） **マカロニサラダ**（○マカロニ　□きゅうり　■キャベツ　□にんじん　△ハム　□玉ねぎ　□とうもろこし　○マヨネーズ　塩　こしょう　からし） **大根のみそ汁**（■大根　△油揚げ　▲みそ　だし）	579 780
13 金	ごはん	**ブラックカレーコロッケ**（△ブラックカレーコロッケ　○油） **野菜のナムル**（△中華くらげ　□ほうれん草　□もやし　□にんじん　しょうゆ　○ごま油　○ごま） **とりごぼうスープ**（△とり肉　□ごぼう　△豆腐　□にんじん　しょうゆ　ブイヨン　塩　こしょう）	612 760
16 月	ごはん	**さばのみそ煮**（△さばのみそ煮） **茎わかめの煮物**（△茎わかめ　□枝豆　□にんじん　□干ししいたけ　□糸こんにゃく　△さつま揚げ　しょうゆ　酒　○さとう　みりん　○油） **ワンタンスープ**（○ワンタン　□干ししいたけ　□チンゲン菜　□にんじん　■ねぎ　しょうゆ　中華スープ　塩　こしょう）	570 696
17 火	ごはん	**ハンバーグケチャップソース**（△ハンバーグ　トマトピューレ　トマトケチャップ　○さとう　ウスターソース） **しそ風味和え**（△糸かまぼこ　□もやし　□ほうれん草　□にんじん　■キャベツ　しょうゆ　○ごま　□ゆかり） **なめこのみそ汁**（□なめこ　△豆腐　■ねぎ　みそ　だし）	542 667
18 水	ごはん	**蟹玉**（△蟹玉　しょうゆ　○さとう　酢　□生姜　○でんぷん） **マーボー春雨**（○春雨　▲豚ひき肉　□たけのこ　□にんじん　■ねぎ　□もやし　□生姜　□にんにく　しょうゆ　トウバンジャン　中華スープ　○ごま油　塩） **はっと汁**（○すいとん　△とり肉　□ごぼう　■白菜　□にんじん　しょうゆ　塩　だし）	585 733
19 木	黒糖食パン	**ポテトとお米のささみカツ**（△ポテトとお米のささみカツ　○油） **海そうサラダ**（△海そうミックス　△わかめ　■キャベツ　□きゅうり　△チーズ　塩レモンドレッシング） **コーンスープ**（△ベーコン　□玉ねぎ　□とうもろこし　○バター　▲牛乳　コンソメ　●米粉　ポタージュルウ　こしょう）　スプーンがつきます	683 959
20 金	ごはん	**たらみそ幽庵焼き**（△たらみそ幽庵漬け）　中華スープ　みりん　○さとう　酒　トウバンジャン　○でんぷん　○ごま油） **ひき菜炒り**（■大根　□にんじん　□干ししいたけ　△さつま揚げ　□糸こんにゃく　しょうゆ　みりん　○さとう） **厚揚げ中華うま煮**（△厚揚げ　△えび　▲豚肉　■白菜　□玉ねぎ　□にんじん　□たけのこ　□生姜　□干ししいたけ　○油　しょうゆ　スプーンがつきます	501 639
23 月	（祝）勤労感謝の日		
24 火	よくかんで食べよう献立 ごはん	**いかメンチカツ**（△いかメンチカツ　○油） **韓国風肉ごぼう**（▲豚肉　□ごぼう　□糸こんにゃく　□玉ねぎ　□にんじん　□にんにく　しょうゆ　酒　みりん　○さとう　○ごま油　塩　トウバンジャン　○ごま） **豆腐のみそ汁**（△わかめ　△豆腐　△油揚げ　▲みそ　だし）	591 742
25 水	つや姫・山形牛いも煮給食 ごはん （つや姫）	**赤魚の煮付け**（△赤魚の煮付け） **おひたし**（■キャベツ　□ほうれん草　□えのきたけ　□にんじん　△糸かまぼこ　しょうゆ） **山形牛いも煮**（●里芋　▲山形牛　□板こんにゃく　■ねぎ　しょうゆ　○さとう　酒） **県産ヨーグルト**（▲県産ヨーグルト）	585 719
26 木	南小リクエスト献立 ごはん	**鶏肉のヤンニョムソース**（△とり肉　○でんぷん　○油　□生姜　■ねぎ　○さとう　しょうゆ　コチジャン　トマトケチャップ　○ごま） **バンサンスウ**（□きゅうり　□もやし　○春雨　□にんじん　△中華くらげ　酢　○さとう　しょうゆ　○ごま油） **キムチ汁**（□白菜キムチ　□にんじん　■白菜　▲豚肉　□ぶなしめじ　○ごま油　▲みそ）	655 816
27 金	ふるさと献立 （ラ・フランス給食） ごはん	**県産豚肉カレー**（▲豚肉　○じゃがいも　□玉ねぎ　□にんじん　□にんにく　カレールウ　○油） **トマトオムレツ**（△トマトオムレツ） **くだもの**（■ラ・フランス）　スプーンがつきます	670 834
30 月	ごはん	**いわし塩麹揚げ**（△いわし塩麹揚げ　○油） **昆布煮**（△昆布　□枝豆　□にんじん　□干ししいたけ　□糸こんにゃく　△さつま揚げ　しょうゆ　酒　○さとう　みりん　○油） **キャベツのみそ汁**（■キャベツ　△油揚げ　みそ　だし）	562 703

※ 安全を第一に留意し、献立内容を一部変更する場合がありますのでご了承ください。転載を禁じます。