



令和7年度11月献立表



玉村町学校給食センター

日	曜日	献立名	日						その他の材料	<アレルギー特定原材料>			
			ち、にく、ほねになるもの（あか）		からだのちょうしをとどのえるもの（みどり）		ちからやねつのもとになるもの（きいろ）			表示義務（8品目） 推奨表示（20品目）	栄養価 エネルギー （kcal）		
			1 群 たんぱく質	2 群 無機質	3 群 カロテン	4 群 ビタミンC	5 群 炭水化物	6 群 しぼう					
4	火	背割りコッペパン					コッペパン		小麦 乳 大豆	小	606		
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	724		
		スラッピージョー	ぶたにく だいず おから		にんじん	たまねぎ	さとう	なたね油	ワイン ケチャップ ソース トマトビュレ コンソメ こしょう	豚 大豆	幼	436	
		マッシュポテト		ぎゅうにゅう スキムミルク			じゃがいも さとう	バター	塩 こしょう	乳			
		うずら卵とABCマカロニのスープ	とりにく うずらたまご		にんじん パセリ	キャベツ たまねぎ だいこん にんにく	マカロニ	なたね油	コンソメ こしょう 塩	鶏 卵 小麦			
5	水	ごはん	郷土料理 「青森県」				ごはん				小	655	
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	755	
		十和田バラ焼き	ぶたにく みそ			たまねぎ にんにく しょうが	くるまふ はちみつ かたくりこ	ごま油	酒 しょうゆ みりん りんごビュレ トウバンジャン こしょう	豚 大豆 小麦 ごま りんご	幼	480	
		せんべい汁	とりにく	こんぶふんまつ	にんじん こまつな	だいこん ごぼう ねぎ	なんぶせんべい		しょうゆ かつお削り節 塩	鶏 小麦 大豆			
		りんご				りんご			塩	りんご			
6	木	パーカーハウス	おはなし給食 「ハリーポッターと秘密の部屋」				パーカーハウス			小麦 乳 大豆	小	659	
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	839	
		ハンバーグトマトソースかけ	とりにく ぶたにく だいず		トマト	たまねぎ	さとう	なたね油	トマトビュレ ケチャップ ソース こしょう 塩	鶏 豚 大豆	幼	502	
		スプーンで食べるマカロニサラダ			にんじん	コーン きゅうり	マカロニ	マヨネーズタイプ なたね油	塩 酢 こしょう	小麦			
		かぼちゃのスープ	とうにゅう		かぼちゃ	セロリ たまねぎ にんにく	こめこ	なたね油	ホワイトルウ こしょう ワイン コンソメ 塩こうじ 塩	小麦 豚肉 大豆			
7	金	ごはん	「いい歯の日」 かみかみ献立				ごはん				小	669	
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	793	
		メンチカツ	ぶたにく だいず			たまねぎ	パンこ こおぎこ さとう	なたね油	塩	豚 小麦 大豆	幼	506	
		茎わかめのきんぴら	こうやどうふ	くきわかめ	にんじん	ごぼう こんにゃく	さとう	ごま ごま油 なたね油	みりん 酒 しょうゆ 和風だし	大豆 ごま 小麦			
		けんちん汁	どうふ	にぼしこ	にんじん	だいこん こんにゃく ごぼう ねぎ	さといも	なたね油	和風だし しょうゆ	大豆 小麦 エビ カニ			
10	月	ごはん	和食給食				ごはん				小	655	
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	773	
		さばの味噌だれかけ		さば みそ			しょうが	さとう こくとう かたくりこ		酒 みりん しょうゆ	さば 大豆 小麦	幼	514
		五目豆		だいず とりにく	にんじん	こんにゃく ごぼう	さとう	なたね油	和風だし 酒 しょうゆ みりん	大豆 鶏 小麦			
		かきたま汁		たまご	こんぶふんまつ	こまつな	だいこん ほししいたけ たまねぎ	かたくりこ	かつお厚削り節 しょうゆ 酒 みりん	小麦 大豆 卵			
11	火	ゆめロール	中央小リクエスト 「かぼちゃコロツケ」				ゆめロール			小麦 乳 大豆	小	614	
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	822	
		ミルメークコーヒー	☆元気いっぱい栄養満点レシピ☆ ☆給食レシピ賞☆ 野菜たっぷりコンソメスープ				ミルメークコーヒー				幼	491	
		かぼちゃコロツケ		かぼちゃ	たまねぎ	パンこ こおぎこ じゃがいも さとう	なたね油	塩	小麦 大豆				
		上州こんにゃくサラダ			こんにゃく もやし きゅうり コーン	さとう	ごま ごま油	しょうゆ 酢	小麦 大豆 ごま				
		野菜たっぷりコンソメスープ		ベーコン		キャベツ もやし しょうが		なたね油	コンソメ こしょう しょうゆ	豚 小麦 大豆			
12	水	ごはん					ごはん				小	682	
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	805	
		麻婆豆腐	ぶたにく とうふ みそ だいず		にんじん にら	ねぎ にんにく しょうが	じゃがいも さとう かたくりこ	なたね油 ごま油	ケチャップ しょうゆ 鶏がらだし トウバンジャン オイスターソース	豚 大豆 小麦 鶏 ごま	幼	509	
		春雨中華サラダ			にんじん	もやし きゅうり	さとう	ごま油	酢 しょうゆ	ごま 小麦 大豆			
		ヨーグルト		ヨーグルト					乳 ゼラチン				
13	木	背割りコッペパン					コッペパン			乳 小麦 大豆	小	607	
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	760	
		ミートスパゲッティ	とりにく だいず		にんじん	たまねぎ	スパゲッティ さとう	なたね油	ケチャップ トマトビュレ 塩 こしょう ソース デミグラスソース コンソメ	大豆 小麦 鶏 豚	幼	440	
		ポトフ	ぶたにく		にんじん パセリ	たまねぎ だいこん キャベツ	じゃがいも	なたね油	ワイン 塩 こしょう コンソメ	豚			
		ブロッコリーとチーズのサラダ		チーズ	ブロッコリー	きゅうり	さとう じゃがいも	マヨネーズタイプ ごま	しょうゆ 酢	乳 ごま 小麦 大豆			
14	金	麦ごはん					むぎごはん				小	705	
		牛乳	中央小リクエスト 「海藻サラダ」	ぎゅうにゅう						乳	中	848	
		海藻サラダ		かいそう		キャベツ だいこん コーン		ドレッシング		ごま 小麦 大豆 鶏 乳	幼	511	
		ビーンズカレー		ぶたにく だいず とうにゅう	にんじん	たまねぎ にんにく しょうが	じゃがいも	なたね油	カレールウ カレー粉 こしょう ケチャップ ソース 塩こうじ	豚 大豆 小麦			
		りんご			りんご			塩	りんご				
17	月	ごはん					ごはん				小	616	
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	798	
		ししゃもの磯辺揚げ		ししゃも あおのり			てんぷらこ	なたね油		魚卵 小麦	幼	491	
		ジャージャン豆腐	ぶたにく なまあげ みそ		にんじん	キャベツ たまねぎ ほししいたけ しょうが にんにく	かたくりこ	なたね油 ごま油	みりん しょうゆ とりがらだし トウバンジャン	豚 鶏 大豆 小麦 ごま			
		春雨スープ	とりにく		にんじん にら	たまねぎ もやし ほししいたけ	はるさめ		しょうゆ とりがらだし こしょう	鶏 小麦 大豆			



令和7年度11月献立表



玉村町学校給食センター

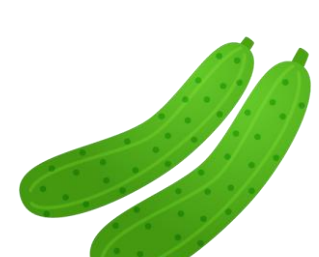
日	曜日	献立名	日						その他の材料	<アレルギー特定原材料>			
			ち、にく、ほねになるもの（あか）		からだのちょうしをととのえるもの（みどり）		ちからやねつのもとになるもの（きいろ）			表示義務（8品目） 推奨表示（20品目）		栄養価 エネルギー（kcal）	
			1 群	2 群	3 群	4 群	5 群	6 群					
			たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミンC	炭水化物	しぼう					
18	火	背割りコッペパン					せわりコッペパン			小麦 乳 大豆	小	599	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	751		
		ウインナーケチャップソースかけ	ウインナー					さとう	ケチャップ ソース トマトピューレ ワイン	豚 大豆	幼	465	
		ツナマヨサラダ	マグロ		ブロッコリー	キャベツ	さとう	マヨネーズタイプ なたね油	酢				
		豆乳クリームスープ	とりにく どうにゅう		チンゲンサイ	セロリ たまねぎ しめじ	じゃがいも こめこ	なたね油	ホワイトルウ こしょう コンソメ ワイン 塩こうじ 塩	鶏 大豆 小麦 豚			
19	水	ごはん					ごはん				小	655	
		ジョア（マスカット）		ジョア					乳	中	763		
		まめまめみそ豆	だいず こうやどうふ すけとうだら みそ				さつまいも かたくりこ さとう	なたね油	酒 みりん しょうゆ	小麦 大豆	幼	504	
		コーンサラダ				コーン キャベツ きゅうり	さとう	マヨネーズタイプ なたね油	酢 塩				
		豚汁	ぶたにく どうふ みそ	にぼしこ	にんじん	だいこん ねぎ ごぼう こんにゃく	じゃがいも	なたね油	和風だし	豚 大豆 えび かに			
20	木	うどん					うどん			小麦	小	704	
		牛乳	群馬の郷土料理 「みそパン」	ぎゅうにゅう					乳	中	886		
		みそパン	みそ				しょくパン さとう		みりん	小麦 大豆	幼	536	
		上州きんぴら	とりにく こうやどうふ		にんじん ピーマン	ごぼう こんにゃく ほししいたけ	さとう	ごま なたね油	みりん しょうゆ	鶏 大豆 ごま 小麦			
		うどん汁	ぶたにく あぶらあげ みそ	こんぶふんまつ	こまつな	たまねぎ しめじ ねぎ			酒 みりん しょうゆ さば厚削り節	豚 大豆 小麦 さば			
21	金	ごはん	世界の料理 「シンガポール」				ごはん				小	618	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	721		
		シンガポールチキンライスの具	とりにく		にんじん	たまねぎ にんにく しょうが		なたね油	鶏がらだし しょうゆ 塩 こしょう	鶏 小麦 大豆	幼	436	
		カレービーフン	ぶたにく だいず		パプリカ	キャベツ たまねぎ	ビーフン さとう	なたね油 ごま油	しょうゆ オイスターソース 鶏がらだし 塩 カレー粉 こしょう	豚 小麦 大豆 鶏 ごま			
		肉団子と野菜のスープ	とりにく		チンゲンサイ	たまねぎ もやし ねぎ ほししいたけ しょうが	パンこ	ごま油	鶏がらだし 塩 しょうゆ こしょう	鶏 ごま 小麦 大豆			
		幼・小 ミニアセロラゼリー 中 ワインゼリー					アセロラゼリー ワインゼリー						
25	火	食パン					しょくパン			乳 小麦 大豆	小	639	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	805		
		あんバター	あずき				さとう こくとう	バター	塩	乳	幼	462	
		ごぼうサラダ				ごぼう きゅうり キャベツ		ごま マヨネーズタイプ	しょうゆ	小麦 大豆 ごま			
		すいとん	ぶたにく	こんぶふんまつ	にんじん こまつな	ねぎ だいこん ほししいたけ	すいとん		かつお厚削り節 しょうゆ	豚 小麦 大豆			
26	水	ラーメン	中央小リクエスト 「揚げパン」				ラーメン			小麦	小	629	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	721		
		ミルクキャラメル揚げパン		スキムミルク			コッペパン さとう ミルメークキャラメル	なたね油		乳 小麦 大豆	幼	531	
		ちくわサラダ	ちくわ			もやし きゅうり	さとう	ごま油	酢 しょうゆ	大豆 小麦 ごま			
		みそラーメンスープ	ぶたにく だいず なると みそ		にんじん チンゲンサイ	もやし はくさい ねぎ しょうが にんにく		ごま油	鶏がらだし トウバンジャン 塩 こしょう	鶏 豚 大豆 ごま			
27	木	こめっこパン					こめっこパン			乳 小麦 大豆	小	674	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	825		
		あじナゲット	あじ すけとうだら だいず			たまねぎ	さとう こむぎこ かたくりこ	なたね油 大豆油	塩 みりん しょうゆ	大豆 小麦	幼	552	
		イタリアンサラダ			パプリカ	コーン キャベツ きゅうり	さとう	なたね油	酢 塩 こしょう				
		ブラウンシチュー	ぶたにく	スキムミルク ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ エリンギ	じゃがいも こめこ	なたね油	ソース ワイン こしょう ビーフンシチュウルウ ケチャップ	豚 乳 小麦 大豆 鶏 りんご			
28	金	ごはん	11月29日は ぐんますきやきの日！				ごはん				小	613	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	738		
		おみくじ付き豆乳入り卵焼き	たまご どうにゅう かつおふんまつ				さとう		みりん 酒 塩	卵 大豆	幼	466	
		玉村すきやき	ぶたにく やきどうふ		しゃんぎく	しらたき はくさい ねぎ しいたけ	さとう	なたね油	しょうゆ 酒 みりん 和風だし	豚 小麦 大豆			
		高野豆腐のみそ汁	こうやどうふ みそ	にぼしこ	こまつな	だいこん			和風だし	大豆 えび かに			

栄養価（月平均）	小学校	エネルギー 644kcal	たんぱく質 24.5g	脂質 23.0g	食塩 2.4g
	中学校	エネルギー 785kcal	たんぱく質 29.4g	脂質 27.5g	食塩 3.0g
	幼稚園	エネルギー 491kcal	たんぱく質 19.5g	脂質 19.2g	食塩 1.8g

*都合により、献立及び食材料の変更をすることがあります。ご了承下さい。
*給食の献立には、地場産(佐波伊勢崎産・群馬県産)の食材を取り入れています。
*太字は、玉村産・伊勢崎産です。



★ごはん



★きゅうり

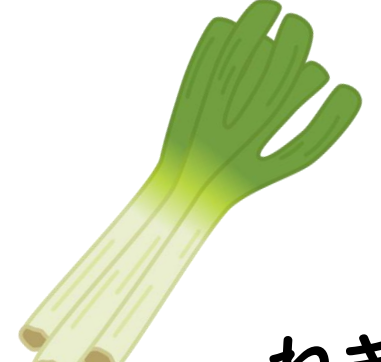


★しゅんぎく

にら



11月の地場産の食材 （★は玉村産）



ねぎ



こまつな



★はくさい

- 【アレルギー表示について】
※ 食物アレルギー等て対応の必要な場合は、毎日献立表を確認してください。
※ 献立表のアレルギー表示については、特定原材料の28品目を表示しています。
特定原材料表示義務8品目（卵、乳、小麦、えび、かに、落花生、そば、くるみ）
特定原材料推奨表示20品目（あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイフルーツ、牛肉、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、マカダミアナッツ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、カシューナッツ、ごま、アーモンド）（同一工場内、または同一ラインでアレルギーを含む商品を作っている場合についての表示はしていません。）
※ 給食用の麺類・すいとんは工場内でそばの製造をしています。（製造ラインは別）
※ 小魚・海藻類は、エビ・カニなどの魚介類が混ざっている可能性があります。
※ そば・ピーナッツ・種実（ごまを除く）・木の実類・キウイフルーツは、アレルギーの新規発症の原因になりやすい食べ物のため、原則として使用を控えています。
※ 食物アレルギー等て材料の使用量等詳しい内容を確認したい方は、玉村町学校給食センターまでご連絡ください。（TEL：65-6706）
＜ 「食物アレルギー対応マニュアル」群馬県教育委員会（H25.9）より ＞