

令和7年度 11月 中学校給食献立表(11月5日～11月20日)

川西市中学校給食センター ※食材の入荷状況により、献立内容を変更することがあります。

※「＊」は、アレルギー対応を実施する品目（乳（飲用乳を除く）、鶏卵、うずら卵、マヨネーズ、小麦、えび、かに、さば、いか、ごま、さけ、大豆、牛肉、鶏肉、豚肉、落花生、そば、りんご、もも、キウイフルーツ、いくら、くるみ、やまいも、バナナ、カシューナッツ、オレンジ、あわマカダミアナッツ、ゼラチン、アーモンド）についています。

※「塩」の使用について：献立の材料名欄に記載されていなくても、”ゆで塩”など、味をとのえること等を目的に使用することがあります。

※ 精白米については、残食量をみながら1人あたり87g～100gで炊飯しています

6つの食品群

栄養素の働きによって、
食品を6つに分類していま



✿ 中学校給食センターホームページ
<https://www.kawanishi-hyg.ed.jp/kyuusyoku>
中学校給食センターの日々の様子や
食育情報を持載しています。

令和7年度

11月 中学校給食献立表(11月21日～11月28日)

川西市中学校給食センター ※食材の入荷状況により、献立内容を変更することがあります。

日・曜	21日(金)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
献立名	牛乳 白飯 沢煮椀 肉じゃが ツナサラダ	牛乳 白飯 いも汁 高野豆腐の含め煮 はりはり大根	牛乳 白飯 ソイシチュー ボロニアムステーキ きやべつサラダ エコ昆布	牛乳 白飯 じやがいものみそ汁 鰯のフライ 大根の和え物	牛乳 白飯 けんちん汁 豚肉のしょうが炒め せいたたまじ



11月は「和食月間」

和食の基本は一汁三菜
2013年12月「和食;日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産に登録されました

11月24日は
和食の日

牛乳	1本	2	牛乳	1本	2	牛乳	1本	2	牛乳	1本	2
精白米	100	5	精白米	100	5	精白米	100	5	精白米	100	5
水	140		水	140		水	140		水	140	
*豚バラ(スライス)	30	1	さといも	20	5	じやがいも	45	5	じやがいも	25	5
*ゆば(乾)	2	1	*牛肉(スライス)	20	1	たまねぎ	45	4	*豆腐(冷)	25	1
にんじん	15	3	つきこんにやく	20	4	にんじん	20	3	*油あげ(冷)	5	1
だいこん	10	4	パセリ	0.5	3	わかめ(乾)	0.5	2	ごぼう(ささがき)	10	4
えのきだけ	10	4	上新粉	7	5	にんじん	20	3	つきこんにやく	10	4
根深ねぎ	10	4	オーリーブ油(中学校用)	7	6	葉ねぎ	5	3	れんこん	5	4
みつば	5	3	*豆乳	50	1	みそ(赤)	10	1	葉ねぎ	5	3
しょうゆ(淡)	5		ぶどう酒(白)	1		けずりぶしだし用)	2		ごま油	1	6
清酒	1		塩	1		煮干しだし用)	1		しょうゆ(淡)	4	
塩	0.2		ガーリック	0.03		水	130		しょうゆ(濃)	1	
けずりぶしだし用)	1		こしう(白)	0.02		水	130		けずりぶしだし用)	2	
カット昆布(だし用)	0.5		カット昆布(1/20)	7	1	いわし(開・50・冷)	1枚	1	水	130	
水	130		かまぼこ	15	1	塩	0.3				
*牛肉(スライス)	15	1	たまねぎ	15	4	こしう(白)	0.04		*豚肉(スライス)	45	1
じやがいも	40	5	にんじん	10	3	*ホロニアム(60・冷)	1枚	1	たまねぎ	25	4
たまねぎ	25	4	米油	0.5	6	ガーリック	0.02		葉ねぎ	5	3
糸こんにゃく	15	4	きやべつ	50	4	さんしよう	0.02		*小麦粉	6	5
にんじん	10	3	酢	1		しょうが	0.8		米油	1	6
米油	0.5	6	米油	1	6	*パン粉(中学校用)	8		しょうゆ(濃)	4	
しょうゆ(濃)	3.5		塩	0.3		さとう(三温)	12	5	さとう(三温)	1.5	5
さとう(三温)	2	5	こしう(白)	0.01		てんぷら油	10	6	さとう(三温)	1.5	5
みりん	0.5		カット昆布(再利用)			だいこん	50	4	みりん	0.5	
水	15		切干大根	5	4	じやがいも	2.5		じやがいも	40	5
まぐろ油漬(フレーク)	15	1	しらす干し	2.5	2	花かつお	0.5	1	にんじん	10	3
きやべつ	15	4	にんじん	10	3	しょうゆ(淡)	2		みそ(赤)	3.2	1
たまねぎ	15	4	酢	1.5		酢	0.7		さとう(三温)	1.2	5
にんじん	5	3	清酒			さとう(三温)	0.3	5	みりん	1.2	
酢	1.5					さとう(三温)			*いりごま	1.2	6
しょうゆ(淡)	1.5					じやがいも			煮干しだし用)	1	
さとう(三温)	0.3	5				花かつお			カット昆布(だし用)	0.5	

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水

水