

令和8年11月分学校給食基準献立予定表



Aブロック

日/曜	こ ん だ て 名	体内での働きと材料の種類			調味料など	平均栄養価	
		(黄) おもに働く 力になる	(赤) おもに体を つくる	(緑) おもに体の 調子をととのえる		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
2 (月)	麦ごはん 牛乳 ホイコーロー 切り干し大根のサラダ	米 麦 油 ごま油 さとう かたくり粉 サラダ油	牛乳 ぶた肉	キャベツ 長ねぎ にんじん にんにく しょうが もやし 切り干しだいこん 小松菜	酒 豆板醤 濃縮スープ しょうゆ こしょう 甜面醤 酢	587	21.4
4 (水)	みそそばごはん 牛乳 だんご汁	米 油 さとう 白玉もち	ぶたひき肉 みそ 牛乳 ぶた肉 油揚げ	にんじん しょうが 干しいたけ グリーンピース だいこん 小松菜	酒 しょうゆ みりん かつお節 塩	658	28.1
5 (木)	ぶどうパン 牛乳 とり肉とじゃがいものケチャップあえ ビーフンスープ	パン かたくり粉 じゃがいも 油 さとう ビーフン	牛乳 とり肉 ぶた肉	たまねぎ にんじん もやし ほうれん草	塩 こしょう トマトケチャップ ソース 濃縮スープ	641	26.9
6 (金)	きのこごはん 牛乳 いわしのこはく揚げ からしあえ	米 麦 さとう かたくり粉 油	油揚げ 牛乳 いわし みそ	きのこミックス 干しいたけ もやし にんじん しょうが キャベツ 小松菜	酒 しょうゆ 塩 かつお節 からし粉	571	20.6
9 (月)	スタミナチャーハン 牛乳 肉団子の甘酢あんかけ 中華風おひたし	米 麦 油 さとう ごま油 かたくり粉	ぶた肉 たまご 牛乳 肉だんご	にんじん しょうが 長ねぎ にんにく グリーンピース キャベツ もやし 小松菜	酒 濃縮スープ 塩 しょうゆ コチジャン 酢 からし粉	615	24.2
10 (火)	ツナそばごはん 牛乳 ごまマヨネーズサラダ	米 麦 油 さとう ごま 卵ぬきマヨネーズ	ツナ 凍り豆腐 牛乳	にんじん しょうが キャベツ 小松菜	酒 しょうゆ みりん からし粉 酢	612	21.6
11 (水)	ソース焼きそば 牛乳 揚げ大豆 タルト	むしめん 油 かたくり粉 さつまいもと栗のタルト	ぶた肉 牛乳 大豆	にんじん たまねぎ もやし キャベツ	塩 こしょう ソース オイスターソース	594	23.7
12 (木)	ごはん 牛乳 豚肉と生揚げのみそ炒め ごま酢あえ	米 油 さとう かたくり粉 ごま	牛乳 ぶた肉 生揚げ みそ	たまねぎ にんじん しょうが にんにく キャベツ 小松菜	酒 しょうゆ 豆板醤 酢	604	22.5
13 (金)	食パン 牛乳 キーマカレー 豆腐とわかめのスープ	パン じゃがいも 油 小麦粉	牛乳 ぶたひき肉 大豆ミート とり肉 とうふ わかめ	にんじん たまねぎ キャベツ ダイストマト にんにく しょうが グリーンピース	カレー粉 濃縮スープ ワイン トマトケチャップ ソース ナツメグ 塩 こしょう しょうゆ	613	29.9
16 (月)	麦ごはん 牛乳 ユーリンチー 塩ナムル	米 麦 油 かたくり粉 ごま油 さとう ごま	牛乳 とり肉	長ねぎ しょうが にんにく もやし にんじん 小松菜	酒 塩 こしょう しょうゆ 酢	585	22.2
17 (火)	ガパオライス 牛乳 トックスープ	米 油 さとう トック	ぶたひき肉 大豆ミート 牛乳 とり肉	たまねぎ ピーマン にんにく だいこん にんじん 長ねぎ 小松菜 しょうが	しょうゆ オイスターソース 酒 みりん 塩 こしょう 乾燥バジル 濃縮スープ	635	26.2
18 (水)	ロールパン 牛乳 ミートソースグラタン みそドレッシングサラダ	パン マカロニ 油 さとう 小麦粉 サラダ油 ごま油 ごま	牛乳 ぶたひき肉 チーズ みそ	たまねぎ にんじん にんにく セロリ キャベツ もやし	塩 濃縮スープ トマトケチャップ デミグラスソース こしょう ソース 酢	675	26.9
19 (木)	切り干し大根のたきこみごはん 牛乳 ししゃものカレー揚げ 中華あえ	米 麦 油 さとう かたくり粉 ごま油	とり肉 油揚げ 牛乳 ししゃも	ごぼう にんじん 切り干しだいこん キャベツ コーン	酒 しょうゆ みりん カレー粉 酢	582	19.0
20 (金)	黒パン 牛乳 白菜のクリームシチュー ★ツナポテトサラダ	パン 油 バター 小麦粉 じゃがいも 卵ぬきマヨネーズ	牛乳 とり肉 ウインナーソーセージ 調理用牛乳 脱脂粉乳 ツナ	にんじん たまねぎ はくさい コーン グリーンピース	濃縮スープ 塩 こしょう 酢	645	25.9

日/曜	こ ん だ て 名	体内での働きと材料の種類			調味料など	平均栄養価	
		(黄) おもに働く 力になる	(赤) おもに体を つくる	(緑) おもに体の 調子をととのえる		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
24 (火)	ごはん 牛乳 とり肉と凍り豆腐のごまみそあえ おひたし	米 かたくり粉 油 さとう ごま	牛乳 とり肉 凍り豆腐 みそ	しょうが キャベツ にんじん 小松菜	酒 しょうゆ	649	23.4
25 (水)	バターチキンカレー 牛乳 わかめサラダ	米 麦 油 じゃがいも バター 小麦粉 サラダ油	とり肉 ヨーグルト 脱脂粉乳 牛乳 わかめ	にんじん たまねぎ にんにく しょうが ダイストマト キャベツ	ターメリック 酒 カレー 粉 濃縮スープ 塩 トマトケチャップ ソース しょうゆ ローリエ	658	22.8
26 (木)	ミートボールスパゲッティ 牛乳 マヨネーズサラダ	スパゲッティ サラダ油 油 さとう 米粉 卵めきマヨネーズ	ぶたひき肉 大豆ミート 肉だんご 牛乳	にんじん たまねぎ グリンピース キャベツ コーン	塩 トマトケチャップ トマトピューレ ソース こしょう ナツメグ ローリエ 酢	595	23.7
27 (金)	麦ごはん 牛乳 さわらの南部焼き 吉野汁	米 麦 油 ごま かたくり粉	牛乳 さわら とり肉 油揚げ	長ねぎ にんじん だいこん はくさい 小松菜	酒 しょうゆ 一味とうがらし かつお節 塩	591	25.9
30 (月)	麦ごはん 牛乳 豚肉のしょうが炒め 塩だれ野菜	米 麦 油 トック さとう かたくり粉 ごま油 ごま	牛乳 ぶた肉	たまねぎ しょうが キャベツ もやし にんじん 小松菜 にんにく	酒 しょうゆ みりん 塩 こしょう	607	23.0

★印は新献立

◎地場産物の使用予定

4 日（水） だんご汁： 豚肉 神奈川県産



いいにほんしょく
11月24日は
「和食の日」

ユネスコ無形文化遺産として登録された「和食;日本人の伝統的な食文化」を次世代へと保護・継承するため、11月24日を「和食の日」と制定しました。（一般社団法人和食文化国民会議）

横須賀市の学校給食でも、24日、26日、27日にだして味わう献立「麦ごはん・牛乳・さわらの南部焼き・吉野汁」を提供します。「和食の日」のチラシは、マチコミメールで送付しますので、ご家庭で「だし」を使った料理をいっしょに作って、日本人が大切に育んできた和食文化について、楽しみながら、考える機会にしてみませんか。



◎加工食品の食物アレルギー原因食物について

献立名	食材名	特定原材料								特定原材料に準ずるもの
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	
ぶどうパン	パン		○	○						大豆
食パン	パン		○	○						大豆
ロールパン	パン		○	○						大豆
黒パン	パン		○	○						大豆
ソース焼きそば	むしめん			○						大豆
肉団子の甘酢あんかけ	肉だんご									大豆・鶏肉・豚肉
白菜のクリームシチュー	ウインナーソーセージ									豚肉
タルト	さつまいもと栗のタルト									大豆
バターチキンカレー	ヨーグルト		○							

※食品表示法に基づく特定原材料8品目と、特定原材料に準ずる20品目のみ記載しています。

横須賀市教育委員会学校食育課
〒238-0032 横須賀市平作5-28-10
電話 046-850-1274（給食運営担当） 046-850-1272（給食費管理担当）



◎学校行事等により献立を変更したり、お休みしたりすることがあります。