



11月分こんだて予定表



《小学校》 令和8年度

※学校給食センターのホームページに、毎日の給食写真と給食メニューレシピを掲載しています。
※食品名は、献立ごとに記載しています。
原材料の一番多いところに含まれています。

富士見市マスコットキャラクター 「ふわっぴー」

学校給食摂取基準			
	低学年	中学年	高学年
熱量 (kcal)	530	650	780
たんぱく質 (g)	21.9	26.8	32.2

富士見市学校給食センター

日曜日	献立				はし	食品名					
	主食	つけるもの	牛乳	おかず		主に体を作る	主に体の調子を整える	主に力や熱のもとになる			
2月	ごはん		○	めった汁 いわしのかばやき風 つぼつけ		牛乳 かつおぶし ぶた肉 みそ いわしでん粉つき	にんじん 大根 ごぼう しいたけ こんにゃく 長ねぎ	ごはん さつまいも 油 さとう でんぶん			
4水	ホット中かめん	※ドレッシング	○	中かあんかけラーメン いかのおう金やき 海そうサラダ		牛乳 ぶた肉 とりガラ なんと いか 海そうミックス	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ 白菜 もやし 長ねぎ とうもろこし きゅうり	中かめん ホット 油 でんぶん ごま油 さとう 和風ドレッシング			
5木	マーブル食パン (まっちゃん)		○	ミネストローネ 豆ふナゲット (2こ) フルーツポンチ わかめのみそ汁		牛乳 ベーコン とりガラ 豆ふナゲット	にんにく セロリー にんじん 玉ねぎ キャベツ トマト	マッパル食パン (まっちゃん) じゃがいも マカロニ 油 りんごゼリー ゼリー			
6金	ごはん		○	とりの富士見ねぎソースかけ あつあげと小松なのオイスター いため		牛乳 かつおぶし こんぶ わかめ みそ とり肉 とうふあげ	にんじん 玉ねぎ 大根 えのき 長ねぎ しょうが 長ねぎ にんにく しょうが にんじん 玉ねぎ 小松な	ごはん ごま油 さとう でんぶん ごま油 さとう でんぶん			
9月	ちゃめし		○	すまし汁 かれいのたつ田あげ 切ばし大根のもの		牛乳 かつおぶし こんぶ かまぼこ とうふ かれいのたつ田あげ かつおぶし さつまあげ	にんじん 玉ねぎ しめじ 長葱 にんじん 切ばし大根 えだ豆	ちゃめし 油 油 さとう			
10火	ごはん	※ドレッシング	○	マーボーどうふ さいの国肉まん 中かサラダ		牛乳 ぶた肉 とり肉 とりガラ とうふ みそ さいの国肉まん	しょうが にんにく たけのこ しいたけ 長ねぎ もやし にんじん きゅうり	ごはん 油 さとう でんぶん ラー油 中かドレッシング			
11水	地ごなうどん		○	きのこうどん 大学いも (2こ) こんにゃくと野さいのごまに		牛乳 かつおぶし こんぶ とり肉 油あげ ぶた肉 かつおぶし	にんじん しいたけ しめじ なめこ 長ねぎ 竹の子 こんにゃく いんげん	地ごなうどん さつまいも 油 さとう 水あめ 油 さとう ごま ごま油			
12木	あげパン (ココア) 1、2年生 フラワーロール 3～6年生	※ドレッシング	○	富士見ボールスープ ぶた肉のマヨごまソテー コーンとえだ豆のサラダ		牛乳 とりガラ とり肉 富士見かぶボール ぶた肉 みそ	にんじん 玉ねぎ しょうが きぬさや しょうが とうもろこし えだ豆	あげパン わし 油 さとう ココア 春さめ 油 さとう マヨネーズ (たまごなし) ごま でんぶん しおドレッシング			
13金	ごぼうピラフ		○	ポテトボールスープ アンサンブルエッグ (かぼちゃ) 卵 ごぼうピラフの具		牛乳 かつおぶし こんぶ ぶた肉 かぼちゃアンサンブルエッグ とり肉 ガラスープ	にんじん 玉ねぎ 小松な 玉ねぎ ごぼう にんじん とうもろこし	ごはん 油 ポテトボール			
16月	しめじごはん		○	もずくのすまし汁 富士見メンチカツ しめじごはんの具		牛乳 かつおぶし こんぶ えびボール もずく 富士見メンチカツ とり肉 油あげ	にんじん 玉ねぎ しいたけ 小松な しらたき にんじん しめじ	ごはん 油 油 さとう			
17火	ごはん	※しょうゆ	○	とり肉のみそころばかし さんまのうめに 白さいのおひたし		牛乳 かつおぶし とり肉 みそ さんまのうめに	にんじん 大根 ごぼう こんにゃく しょうが 白さい にんじん きゅうり	ごはん 里いも さとう			
18水	ホット中かめん	※ドレッシング	○	ちゃんぽん 春まき 大豆もやしのナムル		牛乳 ぶた肉 とりガラ かまぼこ いか えび	にんにく しょうが にんじん 玉ねぎ キャベツ 大豆もやし にんじん きゅうり	中かめん ホット 油 でんぶん 春まき 油 ナムルドレッシング			
19木	あげパン (ココア) 3、4年生 子どもパン 1、2、5、6年生	※ドレッシング	○	ラビオリスープ ぶた肉と大豆のトマトに ごぼうサラダ		牛乳 とり肉 とりガラ なんと ぶた肉 大豆	にんにく 玉ねぎ にんじん もやし トマト ごぼう とうもろこし きゅうり	あげパン わし 油 さとう ココア 油 ラビオリ ごま油 油 さとう でんぶん ごまドレッシング			
20金	さいたませいぶライオンズコラボきゅう食 むぎごはん	※ドレッシング	○	わかじしカレー (乳) かぼちゃコロッケ 地ばさんサラダ		牛乳 ぶた肉 とりガラ	しょうが にんにく 玉ねぎ りんご にんじん かぶ 小松な	麦 ごはん 油 ライオンズ・カレー ライオンズ・カレー (辛) 油 かぼちゃコロッケ 野さい和風ドレッシング			
24火	ごはん		○	肉団子と白さいのスープ あじのスタミナやき かくや		牛乳 とりガラ 肉だんご あじのスタミナづけ	にんじん 玉ねぎ 竹の子 白さい しょうが たくあん きゅうり	ごはん 春さめ ごま油 ごま			
25水	やきそば ⑬ クロワッサン	※ドレッシング	ジュ ニ ン コ ス	やきそば やきフランクフルト きゅうりとコーンのサラダ		ジュ ニ ン コ ス ぶた肉 なんと のり フランクフルト	りんごジュース にんじん 玉ねぎ 竹の子 キャベツ もやし とうもろこし きゅうり	クロワッサン むし中かめん 油 コーンクリーミードレッシング			
26木	ごはん		○	かぶのとうらうに 和風ハンバーグ きんぴらごぼう		牛乳 ぶた肉 とり肉 かつおぶし とうふあげ ハンバーグ かつおぶし	しょうが にんじん 竹の子 かぶ きぬさや 大根 ごぼう にんじん	ごはん 油 さとう でんぶん さとう でんぶん 油 さとう ごま			
27金	はちみつパン	※ドレッシング	○	さつまいものシチュー (乳) 白み魚のバジルフライ イタリアンサラダ 富士見なしゼリー		牛乳 とり肉 ガラスープ スキムミルク チーズ 白み魚のバジルフライ	にんじん 玉ねぎ にんじん 大根 きゅうり	はちみつパン 油 さつまいも 小麦こ バター 生クリーム 油 イタリアンドレッシング 富士見なしゼリー			
30月	ごはん	※ドレッシング	○	つみれ汁 ぶた肉のしょうがいため フレンチサラダ		牛乳 かつおぶし こんぶ 油あげ とうふ つみれ みそ ぶた肉	大根 にんじん しょうが 長ねぎ しょうが 玉ねぎ にんじん とうもろこし きゅうり	ごはん 油 さとう でんぶん フレンチドレッシング			
計 19回	●(こ)は個数に分けるものです。 ●⑬は補食の意味です。 ※はクラス分けのものです。 ●入荷の都合で献立を変更することがあります。●毎日、先割れスプーンもしくはフォークが付きます。						平均	熱量 (kcal) たんぱく質 (g)	低学年 597 kcal 25.1 g	中学年 656 kcal 27.1 g	高学年 720 kcal 29.3 g

献立表のアレルギー表示

- 卵は鶏卵・うすらの卵、乳は乳製品を使用しています。●そばの使用はありません。
- パンは、同一工場内において、卵・乳製品・大豆等のアレルギー物質を含む製品を製造しています。

11月給食だより

★11月20日(金)は、埼玉西武ライオンズの選手寮で実際に食べている「若獅子カレー」を給食用にアレンジして提供します。



たくさんの方が関わって学校給食がつくられています。
給食を支える人たちを思い出して食べてくれると嬉しいです。

11月は、「彩の国ふるさと学校給食月間」になります。
そのため、旬の食べ物や地場産物、郷土料理などを取り入れました。
味わって食べてください!

給食から学ぶ和食文化

「ご飯・汁物・おかず」を組み合わせた、栄養バランスのよい食事

「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつから生まれる感謝の気持ち

行事食や郷土料理など、地域や日本に伝わる食文化

～新しく給食に取り入れた郷土料理～

◇2日 めったた汁：石川県の郷土料理です。

具たくさん根菜を使用した汁物です。

じゃが芋の代わりにさつま芋を入れるのが特徴です。

◇17日 鶏肉のみそころばかし：宮崎県の郷土料理です。

宮崎県では、地場産の鶏肉を使ってつくりまます。ころばかしは、

地方の方言で「にころがす」といった意味があります。

《給食用にアレンジして提供します。》





11月分こんだて予定表



《中学校》
令和8年度

※学校給食センターのホームページに、毎日の給食写真と給食メニューレシピを掲載しています。
※食品名は、献立ごとに記載しています。
加工品は一番多いところに含まれています。

富士見市マスコットキャラクター
「ふわっぴー」

学校給食摂取基準	
	中学生
熱量 (kcal)	830
たんぱく質 (g)	34.2

富士見市学校給食センター

日曜日	曜日	献立			箸	食 品 名			
		主 食	つけるもの	牛乳		主に体を作る		主に体の調子を整える	
2	月	ごはん		○		牛乳	鰹節 豚肉 味噌 さんまの梅煮	人参 大根 ごぼう 椎茸 こんにゃく 長葱	ごはん さつま芋
4	水	ホット中華めん	※ドレッシング	○		牛乳	豚肉 鶏ガラ なんと 海藻ミックス	生姜 にんにく 人参 玉葱 白菜 もやし 長葱	中華めん 油 澱粉 ごま油 さつま芋 油 砂糖 水あめ 和風ドレッシング
5	木	マーブル食パン (抹茶)		○		牛乳	ベーコン 鶏ガラ かぼちゃアンサンブルエッグ	とうもろこし きゅうり にんにく セロリー 人参 玉葱 キャベツ トマト	抹茶 マーブル食パン じゃが芋 マカロニ りんごゼリー ゼリー
6	金	ごはん	※ソース	○		牛乳	鰹節 昆布 若布 味噌 富士見メンチカツ 豆腐揚げ	人参 玉葱 大根 えのき 長葱 にんにく 生姜 人参 玉葱 小松菜	ごはん 油 ごま油 砂糖 澱粉
9	月	茶飯		○		牛乳	鰹節 昆布 かまぼこ 豆腐 鶏肉 鶏肉の富士見ソースかけ 切干大根の煮物	人参 玉葱 しめじ 長葱 生姜 長葱	茶飯 ごま油 砂糖 澱粉 油 砂糖
10	火	ごはん	※ドレッシング	○		牛乳	マーボー豆腐 春巻き 中華サラダ	人参 切干大根 枝豆 生姜 にんにく 竹の子 椎茸 長葱	ごはん 油 砂糖 澱粉 ラー油 春巻き 油 中華ドレッシング
11	水	地粉うどん		○		牛乳	きのこうどん いかの黄金焼き こんにゃくと野菜のごま煮	人参 椎茸 しめじ なめこ 長葱 竹の子 こんにゃく いんげん	地粉うどん 砂糖 油 砂糖 ごま ごま油
12	木	フラワーロール	※ドレッシング	○		牛乳	富士見ボールスープ 豚肉のマヨごまソテー コーンと枝豆のサラダ	人参 玉葱 生姜 絹さや 生姜	フラワーロール 春雨 油 砂糖 マヨネーズ (卵なし) ごま 澱粉 塩ドレッシング
13	金	ごぼうピラフ		○		牛乳	鰹節 昆布 豚肉 白身魚のバジルフライ 鶏肉 ガラスープ	人参 玉葱 小松菜 玉葱 ごぼう 人参 とうもろこし	ごはん ポテトボール 油 油
16	月	しめじごはん		○		牛乳	鰹節 昆布 えびボール もずく 鶏肉 鶏肉の照焼き 鶏肉 油揚げ	人参 玉葱 椎茸 小松菜 生姜	ごはん 砂糖 油 砂糖
17	火	ごはん	※しょうゆ	○		牛乳	鰹節 鶏肉 味噌 鰻蔵粉付	人参 大根 ごぼう こんにゃく 生姜 白菜 人参 きゅうり	ごはん 里芋 砂糖 油 砂糖 澱粉
18	水	ホット中華めん	※ドレッシング	○		牛乳	豚肉 鶏ガラ かまぼこ いか えび 彩の国肉まん	にんにく 生姜 人参 玉葱 キャベツ	中華めん 油 澱粉 ナムルドレッシング
19	木	子供パン	※ドレッシング	○		牛乳	鶏肉 鶏ガラ なんと 豚肉 大豆 ごぼうサラダ	にんにく 玉葱 人参 もやし トマト ごぼう とうもろこし きゅうり	子供パン 油 ラビオリ ごま油 油 砂糖 澱粉 ごまドレッシング
20	金	埼玉西武ライオンズコラボ給食 麦ごはん	※ドレッシング	○		牛乳	豚肉 鶏ガラ オムレツ	生姜 にんにく 玉葱 りんご 人参 かぶ 小松菜	麦ごはん 油 ライオンズ・カレールー ライオンズ・カレールー (辛) 野菜和風ドレッシング
24	火	ごはん		○		牛乳	鶏ガラ 肉だんご 棒ぎょうざ かくや	人参 玉葱 竹の子 白菜 生姜 たくあん きゅうり	ごはん 春雨 油 ごま油 ごま
25	水	焼きそば (補) クロワッサン	※ドレッシング	ジュニース		ジュニース	豚肉 なんと のり フランクフルト	りんごジュース 人参 玉葱 竹の子 キャベツ もやし	クロワッサン 蒸し中華めん 油 コーンクリーミードレッシング
26	木	ごはん		○		牛乳	豚肉 鶏肉 鰹節 豆腐揚げ かれのい竜田揚げ きんぴらごぼう	とうもろこし きゅうり 生姜 人参 竹の子 かぶ 絹さや ごぼう 人参	ごはん 油 砂糖 澱粉 油 油 砂糖 ごま
27	金	はちみつパン	※ドレッシング	○		牛乳	鶏肉 ガラスープ スキムミルク チーズ ハンバーグ	人参 玉葱 玉葱 人参 大根 きゅうり	はちみつパン 油 さつま芋 小麦粉 バター 生クリーム 油 砂糖 イタリアンドレッシング 富士見梨ゼリー
30	月	ごはん	※ドレッシング	○		牛乳	鰹節 昆布 油揚げ 豆腐 つみれ 味噌 豚肉	大根 人参 生姜 長葱 生姜 玉葱 人参 とうもろこし きゅうり	ごはん 油 砂糖 澱粉 フレンチドレッシング
計 19 回		●(こ)は個数に分けるものです。 ●(補)は補食の意味です。 ※はクラス分けのものです。 ●入荷の都合で献立を変更することがあります。●毎日、先割れスプーンもしくはフォークが付きます。							平均 中学生 熱量 (kcal) 801 kcal 蛋白質 (g) 33.5 g

献立表のアレルギー表示

- 卵は鶏卵・うすらの卵、㊤は乳製品を使用しています。●そばの使用はありません。
- パンは、同一工場内において、卵・乳製品・大豆等のアレルギー物質を含む製品を製造しています。

11月給食だより

★11月20日(金)は、埼玉西武ライオンズの選手寮で実際に食べている「若獅子カレー」を給食用にアレンジして提供します。



11月は、「彩の国ふるさと学校給食月間」になります。
そのため、旬の食べ物や地場産物、郷土料理などを取り入れました。
味わって食べてください!

給食から学ぶ和食文化

「ご飯・汁物・おかず」
を組み合わせた、栄養
バランスのよい食事

「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつから
生まれる感謝の気持ち

行事食や郷土料理など、
地域や日本に伝わる
食文化



- 献立内容や給食全般についてのお問い合わせは、学校給食センターまでご連絡ください。 Tel (049) 252-2881
- 太字の食品名は富士見市で採れたものです。
※給食で使用している食品(加工品を含む)は、原則として国内産の材料を優先して使用しています。尚、食材の産地については、裏面の一覧表をご覧ください。

たくさんの人が関わって学校給食がつくられています。
給食を支える人たちを思い出して食べてくれると嬉しいです。

～新しく給食に取り入れた郷土料理～

◇2日 めった汁：石川県の郷土料理です。

具だくさんの根菜を使用した汁物です。

じゃが芋の代わりにさつま芋を入れるのが特徴です。

◇17日 鶏肉のみそころばかし：宮崎県の郷土料理です。

宮崎県では、地場産の鶏肉を使ってつくります。ころばかしは、
地方の方言で「にころがす」といった意味があります。

《給食用にアレンジして提供します。》



【給食の食材予定産地のお知らせ】
給食食材の使用予定産地一覧表（11月分）

《生鮮食品》（肉・魚・野菜・果物等）

食 品 名	産 地（予定）			食 品 名	産 地（予定）		
豚肉	青森			かれいの竜田揚げ	アメリカ・ロシア（最終加工地は埼玉、長野）		
鶏肉	日本			えびボール	ベトナム（最終加工地は福岡）		
なめこ	新潟			肉だんご	豚肉、鶏肉：国産		
里芋コロッケ	北海道			梨ゼリー	梨：富士見市		
もずく	沖縄			さつまいも	千葉		
切干大根	宮崎			里芋	川越		
ホールコーン	北海道			じゃが芋	北海道		
枝豆	北海道			小松菜	川越		
パイン缶	沖縄			にんじん	北海道	川越市	富士見市
白桃缶	山形	青森		かぶ	富士見市		
黄桃缶	山形・青森・山梨・福島			キャベツ	茨城		
さつま揚げ	タイ・インドネシア（最終加工地は福島）			きゅうり	埼玉	茨城	高知
豆腐揚げ	大豆：埼玉			生姜	高知		
かぼちゃコロッケ	かぼちゃ：北海道			セロリー	静岡	愛知	
りんごジュース	りんご：青森、岩手			大根	埼玉	茨城	
鰯のスタミナ漬け	チリ（最終加工地は東京）			たまねぎ	北海道		
いか	ペルー（最終加工地は東京）			にんにく	青森		
白身魚バジルフライ	ロシア（最終加工地は埼玉）			長葱	青森	茨城	富士見市
いわし澱粉付き	北海道			はくさい	茨城		
肉まん	豚肉：埼玉			大豆もやし	栃木		
さんまの梅煮	岩手	宮城		えのき	長野		
つみれ	いわし：鹿児島			しめじ	長野		

食 品 名	産 地（予定）			食 品 名	産 地（予定）		
米	富士見市			小麦粉（蒸し中華麺）	輸入	埼玉県内	
小麦粉（パン）	埼玉県内	輸入		牛乳（西武酪農乳業）	日本		
小麦粉（うどん）	埼玉県内						

《その他 8月～12月までの使用》

食 品 名	産 地（予定）			食 品 名	産 地（予定）		
鶏ガラ	日本			粗挽きウインナー	埼玉	群馬	茨城
ガラスープ	日本			竹の子水煮	九州		
小麦粉	三重			トマト水煮缶	愛知・岐阜・北海道・熊本・三重		
黒砂糖・きび砂糖	沖縄			レモン果汁	瀬戸内		
大豆	北海道			きくらげ	静岡		
富士見メンチカツ	富士見市	群馬	北海道	むきえび	インド（最終加工地は愛媛）		
富士見ぎょうざ	富士見市・日本			せん切りかまぼこ	ロシア・アメリカ（最終加工地は滋賀）		
富士見ほうれん草ボール	北海道・ベトナム・富士見市（最終加工地は静岡）			焼き豚	茨城		
富士見かぶボール	北海道・ベトナム・富士見市（最終加工地は静岡）			ベーコン	埼玉	茨城	群馬
ほうれん草入り厚焼き玉子	富士見市	秋田		澱粉	北海道		
干椎茸	群馬	長野		絹さや	愛知・三重・和歌山・静岡・長野		
わかめ（乾燥）	三陸	瀬戸内海		切ごぼう・ささがきごぼう	群馬		
フランクフルト	埼玉	茨城	群馬	もやし	埼玉		
冷凍みかん	静岡・愛知・熊本・和歌山			いんげん	北海道		