

令和7年度		11月分 中学校給食予定献立表				鴻巣市立中学校給食センター
日曜	献立名	食 材 名				エネルギー (kcal)
		血や肉になるもの（赤）	熱や力になるもの（黄）	体の調子を整えるもの（緑）	調味料	たんぱく質 (g)
4 火	牛乳	牛乳				751
	ごはん		米			
	さばの塩焼き	塩さば				
	もやしのおひたし	干ひじき	油	ほうれん草 もやし	しょうゆ	37.0
	味噌汁	豆腐 みそ		だいこん 長ねぎ 小松菜	和風だし	
5 水	ヨーグルト	ヨーグルト				20%
	牛乳	牛乳				
	はちみつパン		はちみつパン			
	鮭グラタン	鮭 チーズ 牛乳	オリーブ油 パン粉 バター マカロニ	玉ねぎ にんじん マッシュルーム	ベシャメルソース 塩 こしょう	33.3
	フラワーサラダ		油 三温糖	ブロッコリー カリフラワー	酢 塩 こしょう	
6 木	トマトスープ	鶏肉 白いんげん豆 大豆	油 ジャガイモ	にんじん 玉ねぎ キャベツ トマト	コンソメ 洋風だし トマトソース ケチャップ 塩 こしょう	18%
	牛乳	牛乳				752
	フォカッチャ		フォカッチャ			
	コロッケ		コロッケ 油		中濃ソース	24.9
	キャベツとコーンのソテー	ハム	油	コーン キャベツ	塩 こしょう	
7 金	秋野菜のポトフ	ウィンナー うずら卵	さつまいも	にんじん 玉ねぎ はくさい れんこん	コンソメ こしょう 塩	13%
	はちみつレモンゼリー		はちみつレモンゼリー			
	牛乳	牛乳				893
	麦めし		米 米粒麦			
	チキンカレー	鶏肉 脱脂粉乳	油 ジャガイモ 小麦粉 マーガリン バター	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ りんご	洋風だし 塩 こしょう ケチャップ 中濃ソース しょうゆ カレー粉	
10 月 鴻巣南中 チャレン ジ献立	フレンチサラダ		油 三温糖	キャベツ コーン きゅうり	酢 塩 こしょう	13%
	かぼちゃのケーキ	牛乳 鶏卵	小麦粉 バター 砂糖	かぼちゃペースト かぼちゃ	ベーキングパウダー	
	いちごショア	いちごショア				780
	わかめごはん	わかめご飯の素	米			
	鶏肉の唐揚げ	鶏肉	でん粉 油	しょうが	しょうゆ 酒	31.6
11 火	ポテトきんぴら	ハム	油 ジャガイモ 三温糖 ごま	にんじん ピーマン	コンソメ しょうゆ	
	相性汁	ベーコン 豆腐 みそ 牛乳	油 さつまいも	にんじん 玉ねぎ 小松菜	和風だし	
	牛乳	牛乳				815
	地粉うどん		地粉うどん			
	けんちんうどん汁	鶏肉 豆腐	油 さといも	にんじん ごぼう だいこん こんにゃく 長ねぎ	和風だし みりん しょうゆ 塩	
12 水	みそポテト	みそ	じゃがいも 小麦粉 油 砂糖		みりん 酒 しょうゆ	29.9
	小松菜の煮びたし	油揚げ		小松菜 もやし	和風だし みりん しょうゆ	
	味付小魚	味付小魚				15%
	牛乳	牛乳				
	ごはん		米			
13 木 郷土食 埼玉県	フヨーハイ	鶏卵 かまぼこ	ごま油	にら たけのこ 干ししいたけ	中華だし オイスターソース 塩 こしょう	751
	麻婆豆腐	豚肉 大豆 みそ 豆腐	油 三温糖 でん粉	しょうが にんにく 長ねぎ にんじん たけのこ 干ししいたけ	酒 チキンがらスープ しょうゆ 甜麺醤 豆板醤 塩	
	もやしスープ	ハム なると	油	にんじん キャベツ もやし にら 長ねぎ しょうが	中華だし しょうゆ 塩 こしょう	
	牛乳	牛乳				
	かてめし	油揚げ 高野豆腐	米 油 三温糖	にんじん ごぼう 干すいき	和風だし しょうゆ 塩	
17 月 記念献立	ゼリーフライ		ゼリーフライ 油		ウスターソース しょうゆ	28.3
	ねぎぬた	かまぼこ みそ	ごま 三温糖	長ねぎ	酢 からし	
	呉汁	鶏肉 大豆 豆腐 みそ	さといも	にんじん ごぼう 冬瓜 長ねぎ	和風だし	15%
	飲むヨーグルト	飲むヨーグルト				
	黒パン		黒パン			
18 火 記念献立	チーズオムレツ	チーズオムレツ				853
	イタリアンサラダ		油 三温糖	キャベツ 赤パプリカ 黄パプリカ 玉ねぎ	酢 塩 こしょう	
	クラムチャウダー	ベーコン あさり 大豆 チーズ 脱脂粉乳	油 ジャガイモ 小麦粉	にんじん 玉ねぎ パセリ	洋風だし ホワイトルウ 塩 こしょう	
	牛乳	牛乳				
	さつまいもごはん		米 さつまいも		昆布だし 酒 うすくちしょうゆ 塩	
19 水 食育の日	かつおの竜田揚げ	かつお竜田揚げ	油			35.1
	れんこんのごま和え		油 ごま 三温糖	れんこん ほうれん草 ごぼう もやし	しょうゆ	
	三種のきのこ汁	豚肉 油揚げ 豆腐 みそ	油 ジャガイモ	にんじん ほんしめじ まいたけ えのきたけ 長ねぎ	和風だし	
	牛乳	牛乳				
	ごはん		米			
19 水 食育の日	まぐろカツ	まぐろカツ	油		中濃ソース	816
	大豆の磯煮	鶏肉 大豆 干ひじき 油揚げ	油 三温糖	にんじん こんにゃく	和風だし みりん しょうゆ	
	つみっこ	鶏肉 油揚げ	すいとん	にんじん ごぼう 干ししいたけ 冬瓜 はくさい 長ねぎ	酒 しょうゆ 塩 和風だし	
	みかん			みかん		
						17%

日 曜	献 立 名	食 材 名				エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		血や肉になるもの(赤)	熱や力になるもの(黄)	体の調子を整えるもの(緑)	調 味 料	
20 木	牛乳	牛乳				784
	コッペパン		コッペパン			
	豚肉の赤ワイン煮	豚肉	オリーブ油 三温糖 でん粉	にんにく 玉ねぎ ほんしめじ トマト	塩 こしょう 酒 洋風だし 赤ワイン ケチャップ ウスターソース	38.2
	ツナサラダ	まぐろ水煮 海藻ミックス	三温糖 ごま油	キャベツ 玉ねぎ	酢 しょうゆ	19%
	コーンスープ	ペーパン 脱脂粉乳	油 じゃがいも 小麦粉	にんじん 玉ねぎ コーン パセリ	洋風だし ホワイトルウ 塩 こしょう	
21 金	牛乳	牛乳				756
	ごはん		米			
	揚げ餃子	餃子	油			
	豚肉キムチ炒め	豚肉	油 ごま油	にんじん たけのこ 白菜キムチ漬け にら 長ねぎ	中華だし 酒 しょうゆ 塩	31.3
	卵スープ	鶏肉 豆腐 わかめ 鶏卵	でん粉	にんじん 長ねぎ	中華だし 塩 しょうゆ	17%
25 火 記念献立	牛乳	牛乳				800
	ごはん		米			
	ししゃもフライ	ししゃもフライ	油		中濃ソース	
	肉じゃが	豚肉	油 じゃがいも 三温糖	にんじん 玉ねぎ こんにゃく たけのこ 枝豆	和風だし しょうゆ みりん	29.9
	さつまいものみそ汁	厚揚げ みそ	さつまいも	にんじん だいこん 長ねぎ	和風だし	15%
26 水 リクエスト献立 鴻巣南中	牛乳	牛乳				753
	ココア揚げパン		コッペパン 油 砂糖		ココア 塩	
	肉団子と白菜のあんかけ煮	肉団子	砂糖 でん粉	はくさい	しょうゆ 塩 和風だし	
	ミネストローネ	ウィンナー 白いんげん豆	油 ポテトニヨッキ	にんじん 玉ねぎ だいこん トマト	コンソメ 洋風だし トマトソース 塩 こしょう	26.0
	グレープゼリー		グレープゼリー			14%
27 木	牛乳	牛乳				748
	ごはん		米			
	チーズインハンバーグ	チーズインハンバーグ			ケチャップ 中濃ソース	26.5
	ほうれん草サラダ		油 三温糖	ほうれん草 キャベツ にんじん	しょうゆ 酢 塩	14%
	ウィンナーとレンズ豆のスープ	ウィンナー レンズ豆		にんじん 玉ねぎ コーン パセリ	コンソメ 塩 こしょう	
28 金 記念献立	牛乳	牛乳				834
	中華めん		中華めん			
	担々麺の汁	豚肉 鶏肉 大豆 みそ	油 砂糖 ごま油	しょうが にんにく にんじん 長ねぎ たけのこ にら	豆板醤 コチジャン しょうゆ 酢 塩 こしょう チキンがらスープ 洋風だし 中華だし ラー油	
	よだれ鶏風サラダ	ささみ水煮	砂糖 ごま油 ごま	キャベツ きゅうり もやし しょうが にんにく ごねぎ	しょうゆ 酢 ラー油 塩 とうがらし	
	りんごのマフィン	鶏卵 牛乳	小麦粉 バター 砂糖 はちみつ	りんご	ベーキングパウダー	16%
給食回数		17回	学校給食摂取基準	エネルギー 830 kcal	789 kcal	
				たんぱく質 摂取エネルギー全体の13~20%	31.4g (15.9%)	

*都合により献立は変更になることがあります。アレルギー食品は表示していません。加工食品等で使用されている場合がありますのでご注意ください。



～給食センターからのお知らせ～

食材の値上がりが止まりません

食材料費が1食あたり平均33円上がります!!

【献立例】
牛乳
ごはん
カレーライス
鶏肉の唐揚げ
フルーツポンチ

給食費の値上がりのため
最近は出せなくなってしまった献立です...

「この献立を今の食材料費で作ると
1食の給食価格

2024年度 382.62円/食
2025年度 442.10円/食

彩のきずなが、
令和7年度産の新米になりました。

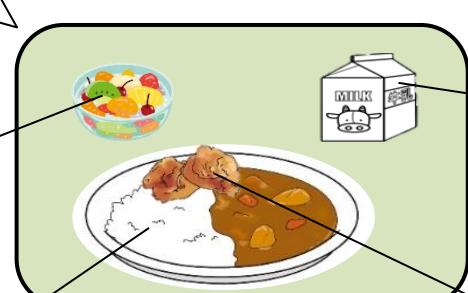
栄養価を保つために頑張りますが、
ご理解よろしくお願いします。



栄養強化のデザートが付けられないため、栄養価が減っていますが、学校給食摂取基準を目標とし、実施しています。

今後、デザートの回数も減る予定です...

2025年11月より米の価格が上がります。
【1食95g 46.17円から73.15円 1食あたり26.98円up】



飼料の高騰もあり牛乳の価格も上がっています。
【2024年度59.01円から2025年度60.06円 1.05円up】
来年度も値上がりの可能性があります...

現在の給食費は1食346円です。
【311円+35円(市負担額)】

1人1個、2個と個付でおかずを提供することが厳しい状況です。
鶏肉の唐揚げの提供頻度も減っています。