11月は、ちばを食べよう！
「ちばの食育月間」です！

11月の献立表

（こども園用）

2026年　　多古町学校給食センター

ひづけ	こんだてめい	おもなざいりょうとはたらき あか 血や肉や骨になる	みどり 体の調子を整える	きいろ 熱や力になる	えいようか エネルギー kcal	たんぱくしつ g	ししつ g	えんぶん g	びこう
2 月	きなこあげパン　ぎゅうにゅう あつまきたまごウインナー カラフルサラダ こめこのシチュー	ぎゅうにゅう きなこ たまご ウインナー ぶたにく とりにく	カリフラワー コーン きゅうり あかパプリカ たまねぎ しいたけ オリーブ にんじん マッシュルーム	パン こめこ さとう きびざとう あぶら でんぷん バター じゃがいも なまクリーム	557	23.5	26.8	2.1	
4 水	ごはん　ぎゅうにゅう さばスタミナづけ ひじきとだいずのいりに さつまとんじる	ぎゅうにゅう さば みそ あぶらあげ だいず ぶたにく とうふ ひじき	りんご にんにく ごぼう にんじん だいこん こまつな ひらたけ	こめ さとう ごま あぶら ごまあぶら さつまいも （多古高校で育った さつまいも）	495	24.3	18.6	1.8	多古高校のさつまいも使用
5 木	ごはん　ぎゅうにゅう えびしゅうまい(幼①職②) チョレギサラダ ジャージャンどうふ	ぎゅうにゅう わかめ ぶたにく あつあげ みそ えび たら	たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん しょうが にんにく たけのこ しいたけ いんげん ながねぎ	こめ あぶら こむぎこ でんぷん さとう ごま ごまあぶら パンこ	493	20.0	16.7	2.0	
6 金	ごはん　★ジョアストロベリー ツナオムレツ えだまめサラダ(わふうたまねぎドレッシング) ポークカレー	ジョア ぎゅうにゅう たまご ツナ ぶたにく	たまねぎ えだまめ キャベツ にんじん しょうが にんにく トマト	こめ カレールウ じゃがいも さとう あぶら	510	20.7	13.2	2.4	
9 月	★よこわりたこめこパン　ぎゅうにゅう ハンバーグトマトソース ごぼうサラダ ポトフ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	たまねぎ にんにく しょうが トマト ごぼう ブラウンマッシュルーム にんじん きゅうり キャベツ パセリ コーン	こめ パン あぶら さとう じゃがいも ごま	478	20.4	21.0	2.0	多古米のごはんを練りこんだパンです
10 火	ごはん　ぎゅうにゅう げんきぶたのしょうがやき ゆでやさい(ノンエッグマヨネーズ) とうふとわかめのみそしる	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ わかめ	しょうが たまねぎ ブロッコリー にんじん カリフラワー ながねぎ	こめ さとう ノンエッグマヨネーズ	516	22.8	21.9	2.0	多古町ブランド豚の「元気豚」登場

●今年の7月28日に熊本県で大きな地震があり、多くの被害が出ました。今日はそんな熊本県を応援する「熊本県応援献立」です。熊本県はトマトの生産量が全国1位で、質の良い「たちうお」が獲れることでも有名です。「タイピーエン」は中国福建省の料理を日本の食材に置き換えてアレンジした熊本県の郷土料理です。

熊本県応援献立

11 水	ごはん　ぎゅうにゅう たちうおフライ(ソース) ミニトマト②　★みかんゼリー タイピーエン	ぎゅうにゅう たちうお ぶたにく かまぼこ いか えび うずらのたまご	ミニトマト にんじん しょうが はくさい たまねぎ たけのこ きくらげ チンゲンサイ ながねぎ みかん	こめ パンこ あぶら こむぎこ はるさめ さとう	529	20.7	17.2	2.5	
12 木	ごはん　ぎゅうにゅう にらまんじゅう(幼①職②) ぶたキムチ とうもろこしのスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず みそ とりにく とうふ たまご	キャベツ しいたけ にんじん たまねぎ もやし はくさい にんにく コーン にら	こめ ごまあぶら こむぎこ あぶら ごま さとう でんぷん	511	22.3	18.4	1.7	
13 金	ごはん　ぎゅうにゅう ほっけいちやぼし ごまあえ　★ばくがゼリー すきやきふうに	ぎゅうにゅう ほっけ ぶたにく やきどうふ	いんげん もやし にんじん しいたけ たまねぎ えのきだけ はくさい ながねぎ	こめ さとう ココア ごま ごまあぶら	499	25.0	12.8	1.8	『麦芽ゼリー』は千葉県学校給食の定番デザート
16 月	★バンズパン　ぎゅうにゅう てづくりチキンカツ(ソース) ブラウンマッシュルームのクリームシチュー フルーツポンチ	ぎゅうにゅう とりにく たまご ウインナー	たまねぎ にんじん ブラウンマッシュルーム パセリ みかん おうとう	パン こむぎこ パンこ あぶら ゼリー じゃがいも サイダー	602	26.9	24.1	2.4	『チキンカツ』千葉県産鶏肉使用
17 火	ごはん　ぎゅうにゅう いわしやまじゅうづけ ごもくまめ さといものみそしる （銚子産のいわしを「ひしお」という伝統調味料で味付けしています。「ひしお」は大豆と大麦を原料に1年以上かけて作る発酵調味料です）	ぎゅうにゅう いわし とりにく だいず あぶらあげ みそ	ごぼう にんじん たまねぎ ながねぎ	こめ さとう さといも	450	23.0	14.5	1.5	銚子産いわし使用
18 水	ごはん　ぎゅうにゅう えびあげぎょうざ(幼②職③) ぶたにくとやさいのほそぎりいため はくさいとにくだんごのスープ（かたぬきチーズ）	ぎゅうにゅう ぶたにく えび とりにく チーズ	たけのこ たまねぎ こねぎ しょうが もやし にんじん にんにく ピーマン しいたけ はくさい ながねぎ	こめ さとう でんぷん あぶら こめこ こむぎこ	529	22.5	21.7	1.9	
19 木	ごはん　ぎゅうにゅう ちばけんさんたまごのあつやきたまご ブロッコリーとわかめのごまサラダ（げんえんわふうドレッシング） ぶたどんのぐ	ぎゅうにゅう たまご ぶたにく わかめ	たまねぎ しょうが ブロッコリー コーン にんじん ごぼう	こめ さとう あぶら ごま	538	26.9	18.6	1.7	『厚焼き玉子』千葉県産卵使用

●今年は千葉県でも、大雨や台風などで大きな被害が出ています。そこで今日は千葉県産や多古町産の食材をたくさん使用した「千葉県応援献立」です。米は「多古高校」の生徒のみなさんが、一生懸命作ってくれた多古米を使用しています。また、さつま芋・人参・大根・キャベツは多古町産、牛乳・さんま・豚肉・鶏肉・マッシュルームは千葉県産になります。千葉県は、農業・漁業・畜産業が盛んに行われている食材に恵まれた県です。生産者の方々が、大切に育ててくれた食材をぜひ味わってください。

千葉県応援献立

20 金	さつまいもごはん　ぎゅうにゅう さんまのたつたあげ にんじんしりしり ぐだくさんじる （千葉県産のさんまを竜田揚げにしています）	ぎゅうにゅう さんま たまご ぶたにく とりにく	しょうが にら キャベツ にんじん だいこん マッシュルーム	こめ さつまいも ごま でんぷん あぶら （多古高校で育った多古米）	531	25.9	21.3	1.8	
24 火	ごはん　★ジョアプレーン トマトオムレツ ドライカレー やさいスープ	ジョア ぶたにく たまご ベーコン	トマト にんにく にんじん たまねぎ レーズン キャベツ パセリ しょうが	こめ でんぷん さとう あぶら こむぎこ	471	21.3	12.4	2.3	
25 水	ごはん　ぎゅうにゅう しいらのフライ(ソース) きりぼしだいこんのにもの むらくもじる	ぎゅうにゅう しいら ぶたにく とりにく あぶらあげ とうふ たまご	にんじん しいたけ きりぼしだいこん こまつな	こめ パンこ あぶら さとう でんぷん	529	27.4	16.8	1.8	『しいらフライ』千葉県産しいら使用
26 木	ごはん　ぎゅうにゅう てりやきチキン もやしあえ とんじる	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく とうふ みそ	しょうが にんにく こまつな もやし にんじん ごぼう だいこん こねぎ	こめ さといも さとう でんぷん ごまあぶら あぶら	426	24.6	12.7	1.8	『照り焼きチキン』千葉県産鶏肉使用
27 金	ごはん　ぎゅうにゅう ちばけんさんにんじんぎょうざ ホイコーロー ワンタンスープ	ぎゅうにゅう なると ぶたにく とりにく	にんじん キャベツ ながねぎ しょうが にんにく たまねぎ ピーマン もやし にら しいたけ チンゲンサイ	こめ でんぷん さとう ごまあぶら こむぎこ ワンタン	475	21.3	14.7	1.7	『人参ぎょうざ』千葉県産人参・豚肉使用
30 月	★テーブルロール　ぎゅうにゅう アンサンブルエッグ さつまいものサラダ ポークビーンズ	ぎゅうにゅう ベーコン チーズ たまご だいず ぶたにく ツナ	たまねぎ にんじん こまつな トマト グリンピース バジル	パン あぶら でんぷん さつまいも さとう じゃがいも	534	23.4	21.6	2.0	
				学校給食摂取基準	490	24.5	16.3	1.5g未満	※脂質の基準値は摂取エネルギーの25～30%

＊材料・その他の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。
（　）はかずもの　★は業者配送

「米・さつま芋・人参・大根・長ねぎ・キャベツ・小松菜・ひら茸」は**多古町産**「小ねぎ・きゅうり・チンゲン菜・牛乳」は**千葉県産**の予定です。生産者の方に感謝をしながらおいしくいただきましょう♥

11月 給食だより

令和8年 11月発行
多古町学校給食センター



１１月は「ちばを食べよう！ ちばの食育月間」です！

朝晩の冷え込みが増し、秋の深まりを感じる季節となりました。

千葉県は、１１月に旬の食材が多く出回ることから、１１月を『ちばの食育月間』と定め、「食」への関心や理解を深める取り組みを行っています。そこで、今月の給食では、千葉県の旬の味覚を存分に味わえるよう、多古町産や千葉県産の食材を多く取り入れています。みなさんが住んでいる千葉県は、農業・漁業・畜産業が盛んに行われている食材に恵まれた県です。ぜひこの機会に、旬のおいしさを味わってください。

4日(水)「さつま豚汁」　さつま豚汁は、さつま芋が入った豚汁です。米・ひら茸大根・小松菜・さつま芋が多古町産の予定です。また、さつま芋は、多古高校の生徒が一生懸命育ててくれたさつま芋になります。

9日(月)（こども園4･5才児、多古中）、16日(月)（町内小学校3校）
「よこわりたこめこパン」（具をはさんで食べてね！）

町内の「泉ベーカリー」さん考案の、多古米のごはんを20%パン生地に練りこんだパンです。ごはんを混ぜ込むことで、しっとりもっちり仕上がるとのことです。お楽しみに！

20日(金)「千葉県応援献立」

今年は、大雨や台風などで千葉県でも大きな被害が出ました。そこで、２１日は、千葉県産や多古町産の食材をたくさん食べて地域を応援する「千葉県応援献立」を作ります。

米は「多古高校」の生徒のみなさんが育ててくれた多古米を使用します。また、さつま芋・人参・大根・キャベツは多古町産、牛乳・さんま・豚肉・鶏肉マッシュルームは千葉県産のものを使用する予定です。

被災地域の１日も早い復興を願い、また、日頃から愛情を込めて食材を育ててくださる方々に感謝をしながら給食をいただきましょう。



※ この日以外にも、多古町産や千葉県産の食材をたくさん取り入れています。献立表や産地公表に記載してありますので、そちらをご覧ください。