

味覚の秋です。今月の給食は、きのこやさつまいも、里芋、ごぼうなどの秋野菜や白菜、大根、かぶなどの冬野菜が登場します。旬のおいしさを味わい、自然の恵みに感謝していただきましょう。ぜひ、家庭でも旬の食べ物や料理を話題に楽しい食卓を囲みましょう。



11月24日は和食の日



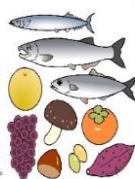
みんなで「和食文化」
守ろう!

和食は、料理そのものだけではなく、「自然を尊ぶ」という日本人の精神に基づいた文化として世界に広く認められ、「和食：日本人の伝統的な食文化」として、ユネスコ無形文化遺産に登録されています。これは「和食文化」が、人類共通の財産になったということでもあります。わたしたちが、これを守り、受け継いでいくことが求められています。

和食文化の4つの特徴

①多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重

日本は、海、山、里と豊かな自然の中で、各地域に根差した多様な食材があります。また、素材の味わいをいかす、調理技術・調理道具が発達しています。



②健康的な食生活を支える栄養バランス

ごはんを中心にして、3つの栄養（焼き物や煮物、あえ物など）を組み合わせる「一汁三菜」は、理想的な栄養バランスといわれます。



③自然の美しさや季節の移ろいの表現

季節に合った花や葉などで料理を飾り、調度品や器を利用して、自然の美しさや四季の移ろいを表現することで、季節を楽しみます。



④正月などの年中行事との密接なかかわり

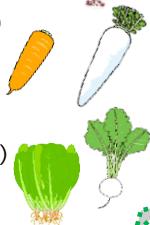
和食文化は、年中行事と共に深くかかわっています。自然の恵みである「食」をわけ合い、食の時間を共にすることで、家族や地域の絆を深めました。



ねぎっちょのおすすめ“ぎふ野さい”

【11月の“ぎふ野さい”】(予定)

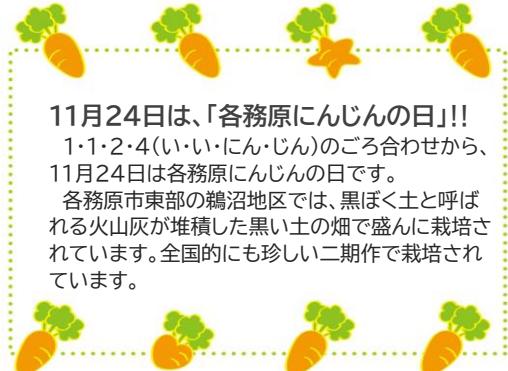
- * いんじん(各務原市)
- * だいこん(岐阜市)
- * ほうれん草(岐阜市)
- * かぶ(岐阜市・岐阜地域)
- * ねぎ(岐南町)



11月24日は、「各務原にんじんの日」!!

1・1・2・4(い・い・にん・じん)のごろ合わせから、11月24日は各務原にんじんの日です。

各務原市東部の鵜沼地区では、黒ぼく土と呼ばれる火山灰が堆積した黒い土の畑で盛んに栽培されています。全国的に珍しい二期作で栽培されています。



3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)
	あきいろ 秋色ゼリーポンチ フランクフルト 小型パン	あきいろ 大豆と小魚のあめがらめ 味付け海苔 さつま汁 うどん	ごとうかまき 郡上味噌けいちゃん あじくまめ 味付け海苔 豆腐とかまぼこのすまじ汁 白ごはん	ポテトサラダ(マ) ハンバーグ 丸パン
10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)
さわらの照り焼き 小松菜の煮びたし ゆかりりふりかけ むぎごはん	だいす 大豆と小魚のあめがらめ ほうれん草ともやしのおひたし みかん うどん	しゅうまい 青椒肉絲 みかん 白ごはん	だいこん 大根サラダ(ド) いちご&マーガリン ブロッコリーとツナのグラタン 食パン	とうふ 鶏肉のオランダ煮 ヨーグルト ポトフ コーンピラフ
17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)
さばのねぎ味噌焼き ひじきの煮物 かきたま汁 むぎごはん	かいそう 海藻サラダ(ド) フライビーンズ ミートソース ソフト麺	とりじの 鶏肉の照り焼き 白菜の塩昆布和え ふりかけ 白ごはん	ジャーマンポテト ほうれん草とツナのキッシュ 黒パン	ししゃもの磯辺揚げ ワインゼリー けんちん汁 きんぎょめし
24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
	チンゲン菜のナムル 焼きぎょうざ 味噌ラーメンの汁 中華麺	れんこんサラダ(ド) 福神漬け 白ごはん	ミートボールのトマト煮 グリーンサラダ(ド) 大根としめじのスープ レーズンパン	りんごのタルト とりじの鶏肉のから揚げ 春雨スープ ねぎチャーハン

○給食献立や給食使用食材は、岐南町公式ウェブサイト“ぎなんねっと”でもみることができます。

令和7年度 11月給食材料明細表

岐南町総合調理センター

日(曜)	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	
文化の日	牛乳 小型パン 焼きそば フランクフルト 秋色ゼリーポンチ	牛乳 白ごはん 郡上味噌けいちゃん 五目豆 豆腐とかまほこのすまし汁 味付けのり	牛乳 丸パン ハンバーケチャップソース ボテトサラダ コーンポタージュ	牛乳 五目ごはん にしんの竜田揚げ 豚汁 りんご	牛乳 麦ごはん さわらの照り焼き 小松菜の煮びたし さつまじ ゆかりふりかけ	牛乳 うどん 親子うどんの汁 大豆と小魚のあめがらめ ほれん草ともやしのおひたし	牛乳 白ごはん 青椒肉絲 しゅうまい 五目中華スープ みかん	牛乳 食パン プロッコリーとツナのグラタン 大根サラダ 白菜のスープ いちご＆マーガリン	牛乳 コーンピラフ 鶏肉のオランダ煮 ボトフ ヨーグルト		
献立	牛乳 206.00	牛乳 206.00	牛乳 206.00	牛乳 206.00	牛乳 206.00	牛乳 206.00	牛乳 206.00	牛乳 206.00	牛乳 206.00	牛乳 206.00	
献立の材料	小型パン 30.00	精白米 80.00	丸パン 55.00	アルファ化米 50.00	精白米 70.00	うどん 70.00	精白米 80.00	食パン 55.00	アルファ化米 50.00	精麦 5.00	
	焼きそば麺 70.00	鶏肉 50.00	ハンバーグ 60.00	鶏肉 15.00	さわら 50.00	鶏肉 15.00	豚肉 30.00	まぐろオイル漬 5.00	ベーコン 10.00		
	やきそばソース 2.00	おろしにんにく 0.20	ケチャップ 5.00	にんじん 10.00	ごぼう 15.00	にんじん 10.00	液卵 20.00	おろし生姜 0.50	玉ねぎ 20.00		
	豚肉 15.00	玉ねぎ 20.00	ウスターーソース 2.50	三温糖 1.50	油揚げ 5.00	しろじょうゆ 2.00	かまぼこ 10.00	オニオンソテー 20.00	にんじん 10.00		
	キャベツ 50.00	玉ねぎ 35.00	三温糖 1.50	にんじん 8.00	じやがいも 40.00	干し椎茸 0.50	たけのこ 20.00	プロッコリー 10.00	ホールコーン 20.00		
	玉ねぎ 30.00	にんじん 8.00	三温糖 1.50	にんじん 0.80	じやがいも 40.00	みりん 4.00	干し椎茸 0.50	ピーマン 6.00	牛乳 5.00		
	にんじん 15.00	にんじん 15.00	三温糖 1.50	にんじん 0.80	酒 1.00	酒 1.00	食塩 0.36	ホワイトソース 40.00	マッシュルーム 5.00		
	きざみ生姜 1.00	にんじん 1.00	三温糖 1.50	にんじん 0.80	酒 1.00	酒 1.00	食塩 0.36	食塩 0.15	食塩 0.50		
	あおのり 0.20	みりん 1.00	三温糖 1.50	にんじん 0.80	きゅうり 15.00	中ざら糖 1.60	みりん 1.00	オイスターーソース 4.00	こしょう 0.02		
	やきそばソース 8.00	郡上みそ 1.30	食塩 0.10	にんじん 0.80	食塩 0.10	三温糖 0.50	かつおだし 2.00	ナチュラルチーズ 10.00	マーガリン 1.00		
	食塩 0.10	赤みそ 3.00	こしょう 0.01	にんじん 0.80	食塩 0.16	みりん 0.55	かたくり粉 0.50	アーモニカッブ 1.00			
	こしょう 0.02	トウバジン 0.20	クラス用マヨネーズ 5.00	和風だし 1.00	和風だし 1.00	和風だし 0.34	和風だし 0.34	鶏肉 0.50	鶏肉 40.00		
	サラダ油 0.50	ごま油 0.40		サラダ油 1.00				ごま油 0.40	おろし生姜 0.70		
	フランクフルト 30.00	大豆水煮 15.00	ホールコーン 10.00	鶏肉 10.00	大豆 25.00	大豆 25.00	大豆 25.00	ホールコーン 5.00	酒 1.00		
	ケチャップ 2.40	角切昆布 6.00	スープストック 1.00	にんじん 20.00	米粉 0.50	米粉 0.50	米粉 0.50	青じそドレッシング 8.00	かたくり粉 4.00		
	ウスターーソース 1.50	こんにゃく 6.00	大豆白絞油 5.00	牛乳 50.00	小魚パリッシュ 5.00	小魚パリッシュ 5.00	小魚パリッシュ 5.00	ハム 7.00	ハム 10.00		
	三温糖 0.78	にんじん 6.00		牛乳 40.00	豚肉 15.00	豚肉 15.00	豚肉 15.00	はるさめ 5.00	はくさい 20.00		
	パインチャンク 20.00	焼きちくわ 6.00	マーガリン 4.00	マーボー 12.00	ごんじん 5.00	ごんじん 5.00	ごんじん 5.00	ほんしめじ 8.00	三温糖 1.20		
	みかんチャンク 20.00	中ざら糖 1.00	薄力粉 4.00	白みそ 10.00	白みそ 10.00	白みそ 10.00	白みそ 10.00	きくらげ 0.50	にんじん 10.00		
	りんごゼリー 20.00	食塩 0.45	だいこん 15.00	白みそ 10.00	白みそ 10.00	白みそ 10.00	白みそ 10.00	水 2.40	ねぎ 8.00		
	ぶどうゼリー 20.00	みりん 1.00	さらダ油 0.50	にんじん 10.00	いりこだし 2.00	いりこだし 2.00	いりこだし 2.00	鶏ガラスープ 1.00	スープストック 1.50		
		和風だし 0.30	さらダ油 0.30	ねぎ 6.00	ゆかりふりかけ 1.00	ゆかりふりかけ 1.00	ゆかりふりかけ 1.00	食塩 0.25	食塩 0.30		
		木綿豆腐 20.00	木綿豆腐 20.00	りんご 40.00				鶏ガラスープ 0.25	鶏ガラスープ 0.10		
		かまぼこ 5.00	かまぼこ 5.00					カタクリ 0.30			
		にんじん 10.00	にんじん 10.00								
		みづば 4.00	みづば 4.00								
		干し椎茸 0.20	干し椎茸 0.20								
		しろじょうゆ 4.00	しろじょうゆ 4.00								
		食塩 0.25	食塩 0.25								
		かつおだし 2.00	かつおだし 2.00								
		味付けのり 2.00	味付けのり 2.00								
祝	621・779	590・705	699・863	628・735	588・744	570・724	628・780	613・745	649・789		
日(曜)	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	
献立	牛乳 麦ごはん さばのねぎ味噌焼き ひじきの煮物 かきたま汁	牛乳 ソフト麺 ミートソース フライビーンズ 海藻サラダ	牛乳 白ごはん 鶏肉の照り焼き 白菜の塩昆布あえ 具だくさん味噌汁 ふりかけ	牛乳 黒パン ほうれん草とツナのキッシュ ジャーマンボテト ミネストローネ	牛乳 きんぎょめし しゃじやもの磯辺揚げ けんちん汁 ワインゼリー	振替休日	牛乳 中華めん 味噌ラーメンの汁 焼きぎょうざ チンゲン菜のナムル	牛乳 白ごはん ボーカレー れんこんサラダ 福神漬け キャンディーチーズ	牛乳 レーズンパン ミートボールのトマト煮 グリーンサラダ 大根としめじのスープ	牛乳 ねぎチャーハン 鶏肉のから揚げ 春雨スープ りんごのタルト	
	牛乳 206.00	牛乳 206.00	牛乳 206.00	牛乳 206.00	牛乳 206.00		牛乳 206.00	牛乳 206.00	牛乳 206.00	牛乳 206.00	
献立の材料	精白米 70.00	精白米 7.00	ソフト麺 80.00	精白米 80.00	黒パン 55.00	アルファ化米 55.00	精麦 5.00	精白米 80.00	レーズンパン 55.00	アルファ化米 50.00	
	豚ひき肉 30.00	鶏肉 50.00	まぐろオイル漬 20.00	鶏肉 10.00	豚肉 15.00	豚肉 20.00	ミートボール 40.00	精麦 5.00	精麦 5.00		
	さば 50.00	赤ワイン 1.00	こいくちじょうゆ 3.50	酒 1.00	なると 10.00	じゃがいも 40.00	マッシュルーム 10.00	玉ねぎ 25.00	玉ねぎ 25.00		
	酒 1.00	玉ねぎ 50.00	酒 1.40	オニオンソテー 10.00	にんじん 30.00	にんじん 5.00	玉ねぎ 40.00	玉ねぎ 25.00	玉ねぎ 10.00		
	三温糖 2.50	にんじん 15.00	三温糖 1.70	液卵 25.00	味付けらす干し 1.00	しなちく 5.00	にんじん 15.00	玉ねぎ 50.00	玉ねぎ 10.00		
	みりん 2.20	マッシュルーム 5.00	みりん 1.50	牛乳 3.00	干し椎茸 0.50	ホールコーン 10.00	ケチャップ 2.00	にんじん 20.00	ケチャップ 1.00		
	赤みそ 4.50	ケチャップ 10.00	和風だし 0.50	牛乳 5.00	中ざら糖 2.00	トマトピューレ 5.00	トマトピューレ 10.00	食塩 0.50	食塩 0.50		
	ねぎ 3.00	トマトピューレ 20.00	食塩 0.20	スープストック 0.20	こいくちじょうゆ 4.25	ねぎ 5.00	ケチャップ 10.00	酒 1.00	酒 1.00		
	アルミカップ 1.00	ダイストマト 10.00	こしょう 0.02	食塩 0.18	食塩 0.17	おろしにんにく 0.20	カレーフレーク 14.00	ハヤシルウ 2.50	ごま油 1.00		
		食塩 0.48		和風だし 1.00	和風だし 1.00	おろし生姜 0.20	ロイヤルマサラ 0.02	赤ワイン 0.80			
		米ひじき 2.00	こしょう 0.02	はくさい 35.00	サラダ油 7.00	赤みそ 2.00	フルーツチャツキ 1.00	食塩 0.12	鶏肉 50.00		
		焼きちくわ 5.00		きゅうり 15.00		白みそ 8.00	白みそ 8.00	こじょう 0.02	おろし生姜 0.50		
		油揚げ 5.00		スープストック 0.06	ベーコン 10.00	シシャモ 40.00	シシャモ 40.00	三温糖 1.00	おろしにんにく 0.50		
		にんじん 10.00		デミグラスソース 3.00	じゃがいも 45.00	薄力粉 3.50	シシャモ 1.40	スープストック 1.00	こいくちじょうゆ 2.50		
		こんにゃく 10.00		塩昆布 1.00	牛乳 20.00	米粉 3.50	おろしにんにく 0.20	サラダ油 0.50	サラダ油 0.50		
		こいくちじょうゆ 2.00		ごま油 0.20	スープストック 0.25	あおのり 0.15	サラダ油 0.25	ブロッコリー 20.00	大根白絞油 2.00		
		三温糖 1.50		さらダ油 0.50	食塩 0.20	水 11.00	サラダ油 0.50	キヤベツ 15.00			
		みりん 1.00		だいこん 25.00	大豆白絞油 5.00	大豆白絞油 5.00		れんこん 20.00	ハム 7.00		
		和風だし 0.50		かたくり粉 2.60	こじょう 0.01	水 11.00		キヤベツ 20.00	はるさめ 5.00		
		サラダ油 0.50		大豆白絞油 3.00	パセリ 0.20	木綿豆腐 20.00		きゅうり 10.00	にんじん 5.00		
		液卵 15.00		油揚げ 5.00		油揚げ 5.00		きゅうり 5.00	きゅうり 5.00		
		えのきたけ 5.00		ねぎ 5.00	かぶ 15.00	木綿豆腐 20.00		にんじん 20.00	にんじん 10.00		
		木綿豆腐 10.00		赤みそ 7.00	にんじん 15.00	油揚げ 5.00		にんじん 5.00	にんじん 10.00		
		干し椎茸 0.20		白みそ 2.00	玉ねぎ 25.00	干し椎茸 0.20		香りごまドレッシング 5.00	香りごまドレッシング 5.00		
		みづば 3.00		いりこだし 2.00	キヤベツ 5.00	玉ねぎ 8.00		ベーコン 5.00	ベーコン 5.00		
		しろじょうゆ 4.00		ホールコーン 10.00	ベーコン 8.00	さといも 10.00		福神漬 10.00	ほんしめじ 7.00		
		食塩 0.25		野菜と昆布 5.00	ねぎ 5.00	さといも 10.00		キヤベツ 20.00	スープストック 1.30		
		かつおだし 2.00		ふりかけ(のりかつお) 1.30	アルファベットマカロニ 5.00	ねぎ 5.00		トウバジン 0.08	酒 0.50		
		かたくり粉 0.50		ダイストマト 10.00	ダイストマト 10.00	ねぎ 5.00		トウバジン 0.30	食塩 0.30		
					スープストック 1.00	角切昆布 0.20			こじょう 0.01		
					食塩 0.45	うすくちじょうゆ 4.00			りんごのタルト 40.00		
					食塩 0.25	食塩 0.25					
					こじょう 0.02	かつおだし 2.00					
					オリーブ油 1.00						
						ワインゼリー 30.00					
祝	624・792	706・899	619・727	664・823	600・759			573・699	697・855	625・774	676・806

※分量は小学校3・4年生の1人当たりの量(g)を表示しています。

※エネルギー量(kcal)は、左から小学校・中学校量を表示しています。

※学校給食で使用する県内産の食材については、学校給食地産地消推進事業により、県・市町村・JAグループから援助を受けています。

※材料の都合により、やむをえず献立及び使用材料を一部変更する場合がありますので、あらかじめご了承ください。