



日	曜		献立名	食品名	エネルギー たんぱく質
2	月	牛乳	(主食) ごはん	米	748 kcal 33.0 g
			(副菜) けんちん汁	大根、人参、里芋、ごぼう、長ねぎ、カット豆腐、こんにゃく、菜種油、塩、しょうゆ、みりん、かつお節、だし昆布	
			(主菜) ミナミカゴカマスかぼちゃ味噌焼き	ミナミカゴカマスかぼちゃ味噌漬、菜種油	
			(副菜) 昆布の炒め物	豚肉、人参、油揚げ、刻み昆布、しょうゆ、砂糖、清酒、菜種油	
			 さやまっ茶プリン 	さやまっ茶プリン	
4	水	牛乳	(主食) ほうじ茶炊き込みごはん 	米、もち米、ほうじ茶、鶏肉、菜種油、人参、油揚げ、さやいんげん、かつお節、清酒、塩、しょうゆ、砂糖	700 kcal 25.7 g
			(副菜) 具だくさんみそ汁	白菜、大根、カット豆腐、人参、えのきたけ、長ねぎ、かつお節、赤みそ、白みそ	
			(副菜) 里芋コロッケ 	里芋コロッケ、菜種油、クラス別ソース	
			(副菜) かぶのピリ辛漬け	きゅうり、かぶ、しょうゆ、穀物酢、砂糖、菜種油、ラー油、一味唐辛子、塩	
5	木	牛乳	(主食) クロワッサン	クロワッサン	784 kcal 31.0 g
			(副菜) クリームシチュー 	豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、牛乳、菜種油、小麦粉、脱脂粉乳、塩、白胡椒、白ワイン、砂糖、鶏がら、長ねぎ、根生姜、ローリエの葉	
			(主菜) 鶏肉のオレンジステーキ	鶏肉、清酒、しょうゆ、にんにく、根生姜、マーマレード、白ワイン、塩、砂糖、じゃが芋でん粉、菜種油	
			(副菜) フレンチサラダ	キャベツ、人参、きゅうり、菜種油、穀物酢、塩、白胡椒、しょうゆ、砂糖	
6	金	牛乳	(主食) ごはん	米	767 kcal 27.0 g
			(副菜) わかめスープ	鶏肉、わかめ、長ねぎ、竹の子、人参、えのきたけ、卵、ごま、しょうゆ、白胡椒、ごま油、清酒、塩、鶏がら、じゃが芋でん粉、ローリエの葉、玉ねぎ、根生姜	
			(主菜) マーボー大根	大根、豚肉、長ねぎ、人参、干し椎茸、根生姜、にんにく、菜種油、トウバンジャン、清酒、砂糖、しょうゆ、テンメンジャン、赤みそ、にら、じゃが芋でん粉	
			フルーツ杏仁	杏仁ゼリー、りんご、黄桃、白桃、洋なし	
9	月	牛乳	(主食) カレー南蛮うどん	地粉うどん、豚肉、油揚げ、玉ねぎ、大根、人参、長ねぎ、小松菜、しょうゆ、みりん、菜種油、一味唐辛子、カレー粉、清酒、塩、じゃが芋でん粉、かつお節、だし昆布	880 kcal 29.6 g
			(副菜) みそポテト 	じゃが芋、小麦粉、菜種油、赤みそ、砂糖、しょうゆ、みりん	
			みかん	みかん	
10	火	牛乳	(主食) ごはん	米	770 kcal 31.0 g
			(副菜) 春雨のスープ 	鶏肉、人参、干し椎茸、もやし、春雨、長ねぎ、白胡椒、清酒、しょうゆ、菜種油、塩、鶏がら、玉ねぎ、根生姜、ローリエの葉	
			(主菜) 豚肉のスタミナ炒め 	豚肉、根生姜、にんにく、玉ねぎ、人参、ピーマン、ごま、菜種油、砂糖、しょうゆ、清酒、トウバンジャン、ごま油、みりん、じゃが芋でん粉、白胡椒、塩	
			ぶどうゼリー	ぶどうゼリー	
11	水	牛乳	(主食) ごはん	米	710 kcal 32.7 g
			(副菜) かぶのみそ汁	かぶ、人参、長ねぎ、油揚げ、白みそ、赤みそ、かつお節	
			(主菜) すき焼き風煮	豚肉、白菜、長ねぎ、しらたき、焼き豆腐、砂糖、しょうゆ、菜種油、みりん、塩、かつお節	
			鮭ふりかけ	鮭、清酒、ちりめんじゃこ、ごま、焼きのり、塩	
12	木	牛乳	(主食) ごはん	米	736 kcal 30.9 g
			(副菜) なめこ汁	なめこ、カット豆腐、長ねぎ、油揚げ、大根、白みそ、赤みそ、かつお節	
			(主菜) そぼろごはんの具	豚肉、人参、ごぼう、菜種油、清酒、しょうゆ、砂糖、みりん	
			(副菜) ごま酢和え	キャベツ、人参、きゅうり、すりごま、穀物酢、砂糖、しょうゆ、清酒、菜種油、塩	
13	金	牛乳	(主食) わかめごはん	わかめごはん	811 kcal 30.0 g
			(副菜) かきたま汁 	卵、カット豆腐、人参、玉ねぎ、長ねぎ、しょうゆ、じゃが芋でん粉、塩、清酒、かつお節、だし昆布	
			(主菜) 鶏肉の狭山茶から揚げ 	鶏肉、狭山茶パウダー、根生姜、にんにく、清酒、塩、じゃが芋でん粉、菜種油	
			(副菜) 春雨サラダ	人参、きゅうり、春雨、菜種油、穀物酢、しょうゆ、砂糖、白胡椒、塩	
16	月	牛乳	(主食) ごはん	米	752 kcal 30.1 g
			(副菜) つみっこ汁 	豚肉、すいとん、大根、人参、ごぼう、小松菜、長ねぎ、干し椎茸、油揚げ、菜種油、塩、しょうゆ、清酒、みりん、かつお節	
			(主菜) さんまの塩焼き	さんま筒切り一塩、菜種油	
			(副菜) 即席漬け	かぶ、きゅうり、塩、しょうゆ、かつお節、だし昆布	
			のり佃煮	のり佃煮	
17	火	牛乳	(主食) 狭山茶揚げパン 	ツイストパン、菜種油、狭山茶パウダー、きな粉、砂糖、塩	804 kcal 27.2 g
			(副菜) 豆腐団子のスープ	野菜と豆腐の肉団子、白菜、人参、長ねぎ、ほうれん草、春雨、干し椎茸、根生姜、塩、白胡椒、しょうゆ、清酒、菜種油、ごま油、鶏がら、玉ねぎ、ローリエの葉	
			(副菜) ジャーマンポテト	じゃが芋、ベーコン、玉ねぎ、菜種油、塩、白胡椒、白ワイン	
			ヨーグルト	ヨーグルト	
18	水	牛乳	(主食) ごはん(狭山市産米) 	米	779 kcal 32.3 g
			(副菜) 豆乳仕立ての野菜汁	さつまいも、白菜、ごぼう、大根、カット豆腐、豚肉、油揚げ、人参、長ねぎ、白みそ、豆乳、砂糖、かつお節、菜種油	
			(主菜) チキンカツ 	チキンカツ、菜種油、クラス別ソース	
			(副菜) れんこんさんぴら	さつま揚げ、れんこん、こんにゃく、砂糖、清酒、しょうゆ、一味唐辛子、ごま、菜種油、ごま油、塩	

日	曜	献立名	食品名	エネルギー たんぱく質
19	木	牛乳	(主食) チキンカレーライス	902 kcal 32.3 g
			(主食) 焼きウインナー (2)	
			(副菜) パリパリサラダ リクエスト	
			型抜きチーズ	
20	金	牛乳	(主食) 山型食パン	730 kcal 28.9 g
			(副菜) 野菜ときのこのスープ	
			(主食) チーズオムレツ	
			(副菜) キャロットラペ	
			メープル&マーガリン	
24	火	牛乳	(主食) ごはん	712 kcal 29.6 g
			(副菜) 豚汁	
			(主食) 鯖のみぞれ煮	
			(副菜) 胡麻和え	
25	水	コーヒーマルク	(主食) 子供パンスライス	911 kcal 35.8 g
			(副菜) コーンスープ	
			(主食) ハンバーグ	
			(副菜) ホットチキンサラダ	
26	木	牛乳	(主食) ごはん	711 kcal 30.8 g
			(副菜) かぼちゃのみそ汁	
			(主食) かじきの竜田揚げ	
			(副菜) 切干大根の五目煮	
27	金	牛乳	(主食) ごはん	766 kcal 31.2 g
			(副菜) ワンタンスープ	
			(主食) 豚キムチ リクエスト	
			みかん	
30	月	牛乳	(主食) クリームスパゲティ	856 kcal 32.0 g
			(主食) チキンのオープン焼き	
			(副菜) 水菜茶ラダ コバトン	
			りんごのタルト	

19 回	エネルギー 780kcal	たんぱく質 30.6g	脂肪 31%	カルシウム 409mg	鉄 4.6mg	ビタミンA 280μg	ビタミンB1 0.68mg	ビタミンB2 0.61mg	ビタミンC 33mg	食塩 3g	食物繊維 6.2g
------	------------------	----------------	-----------	----------------	------------	----------------	------------------	------------------	---------------	----------	--------------

材料の都合により献立は変更することがあります。

はし箱セットは毎日きれいにしてもってきましょう。

※マークの説明

主食：ごはん・パン・めんを使った料理 主菜：肉・魚・卵・大豆などを使った料理 副菜：野菜・いも・かいそうを使った料理

※加工食品は、メーカーにおいて、同一ラインで原因食品（アレルギー）を含む製品を製造している可能性があります。

※海産物には、えび・かに等が含まれている可能性があります。



11月は彩の国ふるさと学校給食月間です。



埼玉県では、6月と11月を「彩の国ふるさと学校給食月間」としています。地場産の食材や地域の郷土料理を給食に取り入れることで、ふるさとへの愛着を深めることを目的としています。地場産の食材を使う料理や、埼玉県の郷土料理にコバトンマークをつけます。詳細は右記の献立紹介をご覧ください。

入間川中学校のリクエスト給食が登場します！

いただいたリクエストの中から組み合わせなどを考慮して取り入れました。

2日「さやまっ茶プリン」 5日「クリームシチュー」
10日「春雨のスープ」「豚肉のスタミナ炒め」
13日「かきたま汁」 18日「チキンカツ」
19日「パリパリサラダ」 25日「コーヒーマルク」
27日「豚キムチ」

★旬の食材★



里芋、さつまいも、れんこん、白菜、大根、小松菜、ほうれん草、かぶ、きのこ、みかん、さんま、さけ

★☆☆☆☆ 献立紹介 ☆☆☆☆☆

- 2日 さやまっ茶プリン
さやまっ子の人気メニュー♪
- 4日 ほうじ茶炊き込みご飯
狭山茶のほうじ茶を炊き込んだ、ほんのり香ばしい香り豊かな炊き込みご飯です。
里芋コロッケ
狭山市産の里芋を使ったコロッケです。
- 9日 みそポテト
言わずと知れた秩父地方のB級グルメ。甘辛いみそだれが味の決め手。
- 13日 鶏肉の狭山茶唐揚げ
衣に狭山茶パウダーをまぶして揚げます。ほんのり緑色のおしゃれな唐揚げ♪
- 16日 つみっこ汁
本庄市や秩父地方の郷土料理。小麦粉をこねた生地を「摘み取る」ようにちぎって鍋に入れたことから名前がつけました。
- 17日 狭山茶揚げパン
狭山茶パウダーときな粉を使ったオリジナル揚げパンです。
- 18日 狭山市産の新米
狭山市産のコシヒカリを使用します。狭山市内では奥富地区で稲作が盛んです。
- 30日 水菜茶ラダ
ドレッシングに狭山茶パウダーを使用したさわやかなサラダです。