

【予定献立材料表に関する留意事項】

予定献立材料表は、献立ごとの詳細材料を明確にし、食物アレルギー等で厳密な献立確認を必要とする皆さんに活用していただく資料です。
使用材料は、献立名の順番に上から献立ごと点線で区切られています。

令和7年11月予定献立材料表（中学コース）

長野市第一学校給食センター

1 ページ

	中学		中学		中学		中学		中学		中学		中学	
	4日	5日	6日	7日	10日	11日	12日							
	【いい歯の日献立】													
献立名	コッペパン 牛乳 ミネストローネ きびなごのり塩揚げ かみかみサラダ	麦ご飯 牛乳 タンホワタン 豚キムチ炒め 大根の中華和え	コッペパン 牛乳 オニオンスープ おろしハンバーグ フレンチサラダ ※柳町中のみ 揚げパン	麦ご飯 牛乳 わかめとふのみそ汁 アルプスサーモンと凍り豆腐の甘辛 糸寒天のサラダ	麦ご飯 牛乳 きのこ麻婆 えびしゅうまい 海藻サラダ	コッペパン 牛乳 さつま芋のシチュー キャベツ入り焼きメンチカツ 秋色ポンチ	麦ご飯 牛乳 うすくず汁 白木の葉かまぼこのみじあげ さつま芋とかぼちゃのサラダ のりふりかけ							
使用材料	にんにく ショルダーベーコン 玉ねぎ 人参 キャベツ 大根 セロリー 冷凍チキンピジョン 冷凍カットトマト 米粉マカロニ（星） トマトケチャップ 塩 こしょう 赤ワイン	玉ねぎ 人参 干し椎茸スライス 白菜 冷凍ホールコーン 冷凍チキンピジョン 冷凍クリームコーン 塩 こしょう しょうゆ 酒 でんぷん 冷凍液卵 長ねぎ	玉ねぎ 人参 えのきたけ 鶏むね肉 冷凍チキンピジョン 白ワイン 塩 こしょう しょうゆ ハンバーグ 焼き油（ひまわり油） 大根 しょうゆ 三温糖 みりん 水 でんぷん キャベツ きゅうり 人参 酢 レモン汁 塩 こしょう 上白糖 サラダ油（ひまわり油）	煮干し 玉ねぎ 人参 じゃがいも 大根 白菜 小切り麩 カットわかめ みそ こまつな アルプスサーモン（魚） 凍り豆腐 でんぷん 揚げ油（ひまわり油） 三温糖 しょうゆ みりん 酒 水 糸寒天 キャベツ きゅうり 人参 塩 サラダ油（ひまわり油） 白しょうゆ 酢 上白糖	サラダ油（ひまわり油） にんにく しょうが トウバンジャン 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 えのきたけ まいたけ なめこ 冷凍チキンピジョン 三温糖 酒 みそ しょうゆ オイスターソース テンメンジャン 冷凍豆腐 長ねぎ でんぷん えびしゅうまい キャベツ 海藻ミックス まわかめドレッシング	鶏もも肉 玉ねぎ 人参 しめじ さつまいも さつまいもペースト ベシヤメルソース スキムミルク 塩 こしょう 白ワイン キャベツメンチカツ 焼き油（ひまわり油） ウスターソース トマトケチャップ 三温糖 赤ワイン ナタデココ ダイスゼリー（巨峰） ダイスゼリー（シャインマスカット） ダイスゼリー（りんご）	厚けずり 鶏もも肉 ちらし蒲鉾（いちょう） 玉ねぎ 人参 白菜 大根 えのきたけ 酒 白しょうゆ 塩 でんぷん 白木の葉かまぼこ 人参 天ぷら粉 塩 揚げ油（ひまわり油） かぼちゃ カット さつまいも 角切り ロースハム 塩 こしょう ノンエッグマヨネーズ のりふりかけ							
		きびなごのり塩揚げ（Aごと） 揚げ油（ひまわり油） いかくん製 切りごぼう きゅうり 人参 白しょうゆ ごま油 酢 上白糖 黒いりごま	サラダ油（ひまわり油） にんにく しょうが 豚もも肉 玉ねぎ 三温糖 酒 しょうゆ オイスターソース 白菜キムチ にら 春雨（マロニー） 大根 きゅうり 人参 ささみフレーク 白しょうゆ 塩 上白糖 酢 ごま油											

	中学 13日	中学 14日	中学 17日	中学 18日	中学 19日	中学 20日	中学 21日
		【更北中学校思い出献立】	【和食の日献立】		【きのこの日献立】		【勤労感謝の日献立】
献立名	ソフト麺 牛乳 しょうゆラーメンスープ 小籠包 即席揚げ	麦ご飯 牛乳 カレー 鶏のから揚げ もやしのナムル クレープ(ヨーグルト風味)	麦ご飯 牛乳 田舎汁 秋鮭の西京焼き うの花の炒り煮	麦ご飯 牛乳 コンソメスープ ハムカツ ソルガムマカロニのサラダ	麦ご飯 牛乳 けんちん汁 きのこ豚肉のあんかけ丼 野沢菜漬け和え	市田柿パン 牛乳 お豆のスープ 鶏のハーブ焼き れんこんサラダ	麦ご飯 牛乳 根菜つくね汁 さわらのみそだれがけ 雑穀米と豆のサラダ
使用材料	サラダ油(ひまわり油) にんにく しょうが 焼き豚 玉ねぎ 人参 メンマ水煮 白菜 冷凍ホールコーン スライスなると巻き 冷凍チキンブイヨン オイスターソース しょうゆ 酒 塩 こしょう 長ねぎ 小籠包 大根 塩昆布 白しょうゆ	サラダ油(ひまわり油) にんにく しょうが 豚もも肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも しめじ カレールウキッズ甘口 カレールウキッズ中辛 カレールウロークス 中濃ソース トマトケチャップ りんごビュレ ガラムマサラ 赤ワイン 鶏もも肉 切り身 にんにく しょうが しょうゆ 酒 でんぷん 揚げ油(ひまわり油) もやし きゅうり 人参 ほうれん草 酢 ごま油 白しょうゆ 上白糖 こしょう クレープ(ヨーグルト風味)	煮干し 玉ねぎ 大根 人参 えのきたけ <small>枝豆とじゃこの元氣ボール</small> さつまいも みそ 長ねぎ 鮭(魚)切り身 西京漬けタレ 焼き油(ひまわり油) サラダ油(ひまわり油) 人参 油揚げ 焼き竹輪 キャベツ 長ねぎ おから 三温糖 しょうゆ 酒 みりん 水	鶏むね肉 玉ねぎ 人参 大根 しめじ 白菜 コンソメ しょうゆ こしょう こまつな ローズハム 小麦粉 乾パン粉 揚げ油(ひまわり油) ソルガムマカロニ(量) キャベツ きゅうり 冷凍ホールコーン 上白糖 塩 こしょう 酢 サラダ油(ひまわり油)	厚けずり 笹がきごぼう 鶏もも肉 人参 大根 里いも スライスこんにやく 豆腐 白しょうゆ 塩 酒 長ねぎ サラダ油(ひまわり油) しょうが 豚もも肉 玉ねぎ えのきたけ しめじ なめこ 三温糖 しょうゆ みりん 酒 とろみ粉 野沢菜漬け キャベツ きゅうり 人参 白しょうゆ 酢 上白糖	カットウインナー 玉ねぎ 大根 人参 大豆(乾) 白菜 冷凍チキンブイヨン しょうゆ 塩 こしょう チンゲンサイ 鶏もも肉 切り身 黒こしょう ガーリックパウダー バジル(粉) しょうゆ 白ワイン サラダ油(ひまわり油) 皮むきれんこん キャベツ ツナレトルト 冷凍ホールコーン ノンエッグマヨネーズ 白しょうゆ	厚けずり 玉ねぎ 大根 人参 えのきたけ 白菜 根菜つくねミニ しょうが みそ みりん 長ねぎ さわら(魚)切り身 みそ 豆みそ みりん 三温糖 酒 水 でんぷん キャベツ きゅうり 五粒豆と五穀のミックス 塩 こしょう サラダ油(ひまわり油) 白しょうゆ 酢 上白糖

	中学 25日	中学 26日	中学 27日	中学 28日
	【地域食材の日献立】			
献立名	コッペパン 牛乳 白菜とベーコンのスープ ジビエのキーマカレー 真島のりんご	麦ご飯 牛乳 玄米団子汁 鱈の米粉フライ 青大豆の五目煮	ソフト麺 牛乳 和風つけ汁 ポテトとお米のささみカツ かんきつドレサラダ	麦ご飯 牛乳 豚汁 あじフライ つぼ漬け和え ノンエッグタルタルソース
使用材料	ショルダーベーコン 玉ねぎ 人参 じゃがいも 白菜 冷凍チキンピジョン しょうゆ 塩 こしょう こまつな	厚けずり 人参 鶏むね肉 しめじ 玉ねぎ 白菜 大根 玄米だんご 酒 塩 しょうゆ こまつな	厚けずり 玉ねぎ 豚もも肉 人参 油揚げ 大根 白菜 スライス蒲鉾 しめじ 白しょうゆ 塩 みりん 酒 でんぶん 長ねぎ	煮干し 笹がきごぼう 豚もも肉 人参 大根 スライスこんにやく さつまいも 豆腐 みそ 長ねぎ
	サラダ油(ひまわり油) にんにく しょうが 豚ひき肉 鹿ひき肉 玉ねぎ 人参 カレー粉 小麦粉 トマトケチャップ 塩	たら米粉フライ 揚げ油(ひまわり油) ウスターソース トマトケチャップ 三温糖 赤ワイン	ポテトとお米のささみカツ 揚げ油(ひまわり油) キャベツ	あじフライ 揚げ油(ひまわり油) キャベツ つぼ漬け 白いりごま
	りんご 塩水	青大豆(乾) 人参 角切りこんにやく さつまいも 焼き竹輪 三温糖 しょうゆ 酒 みりん	冷凍ホールコーン かんきつドレッシング	ノンエッグタルタルソース