



11月 網野学校給食予定献立表

令和7年10月31日
京丹後市立網野南学校
網野学校給食センター

京丹後市産の食材

京丹後市産コシヒカリ、特別栽培米、九条ねぎ、にんじん、大根、白菜、キャベツ、水菜、ほうれん草、小松菜、ブロッコリー、かぶ、ごぼう、さつまいも、里いも、梨、魚、などを使用する予定です。豆腐、こんにゃく、牛乳なども京丹後市の生産者さんが製造されたものです。地元産のおいしい食材を味わいましょう♪

地場産物を食べよう！

自分たちの地域でとれる農水産物を『地場産物』といいます。地場産物は生産者が近くにいるので、顔が見える、話がわかるなどの良い点があります。ほかの地域などから運ぶよりも食品が早く届くので、新鮮で、栄養素の減りが少ないです。また、食べ物を輸送するための燃料なども少なく済むため環境にも良いです。『地場産物』を食べることを『地産地消』といい、食料自給率の向上になるだけでなく、地域の活性化にもつながります。

今月は「まるごと京丹後食育の日」もあるので、京丹後でとれる食材を知って、京丹後の食材を食べてほしいと思います。

3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)
	主食 ごはん 主菜 高野でマーボー 副菜 炒めビーフン デザート 焼きチョコもち 牛乳 ぎゅうにゅう牛乳	主食 菊花ごはん 主菜 豚肉のごまだれかけ 副菜 おかか和え 副菜 えのきのすまし汁 牛乳 ぎゅうにゅう牛乳	主食 ごはん 主菜 揚げイカのイタリアンマリネ 副菜 ベーコンポテト 副菜 コンソメスープ 牛乳 ぎゅうにゅう牛乳	主食 麦ごはん 主菜 ごぼうのかみかみつくね 副菜 骨太サラダ 副菜 小松菜のみそ汁 牛乳 ぎゅうにゅう牛乳
10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)
主食 減量ごはん 主菜 しっぽくうどん 副菜 五色和え 副菜 昆布の佃煮 牛乳 ぎゅうにゅう牛乳	主食 ごはん 主菜 サワラのピザ風焼き 副菜 豚肉と野菜のソテー 副菜 さつまいものスープ 牛乳 ぎゅうにゅう牛乳	主食 ごはん 主菜 大豆とひじきのかき揚げ 副菜 きわかめのきんぴら 副菜 かぶのみそ汁 牛乳 ぎゅうにゅう牛乳	主食 中華風炊き込みごはん 主菜 ササミとキャベツのサラダ 副菜 ごぼうスティック 副菜 ワンタンスープ 牛乳 ぎゅうにゅう牛乳	主食 減量ごはん 主菜 豚肉と大根のうま煮 副菜 磯香和え 副菜 焼きいも 牛乳 ぎゅうにゅう牛乳
17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)
主食 特別栽培米ごはん 主菜 ミートグラタン 副菜 キャベツのソテー 副菜 オニオンスープ 牛乳 ぎゅうにゅう牛乳	主食 里いもごはん (特別栽培米) 主菜 キスのから揚げ 副菜 小松菜とキャベツのごま和え 副菜 豚汁 牛乳 ぎゅうにゅう牛乳	主食 ポークカレー 主菜 特別栽培米・麦ごはん (特別栽培米) 副菜 水菜とハムのサラダ デザート 新興梨 牛乳 ぎゅうにゅう牛乳	主食 特別栽培米ごはん 主菜 鶏肉のねぎソース 副菜 ひじきの香味炒め 副菜 春雨スープ 牛乳 ぎゅうにゅう牛乳	主食 五目ごはん (特別栽培米) 主菜 高野豆腐の含め煮 副菜 わかめの酢の物 副菜 かきたま汁 牛乳 ぎゅうにゅう牛乳
24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
きんろうかんしゃ ひ 勤労感謝の日 ふりかえきゅうじつ の振替休日 	主食 クッパ 主菜 大根のナムル 副菜 みかんゼリー デザート 牛乳 ぎゅうにゅう牛乳	主食 ごはん 主菜 焼きサバのおろしかけ 副菜 即席漬け 副菜 豆腐団子のみそ汁 牛乳 ぎゅうにゅう牛乳	主食 豚肉としめじのごはん 主菜 切り干し大根とツナの炒め物 副菜 わかめのすまし汁 デザート りんご 牛乳 ぎゅうにゅう牛乳	主食 ごはん 主菜 栄養満点ナゲット 副菜 ブロッコリーのサラダ 副菜 大根スープ 牛乳 ぎゅうにゅう牛乳

※白米は京丹後産コシヒカリを使用しています。17日(月)～21日(金)は網野町産の特別栽培米をいただきます。

※都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。