令和8年　11月　献立表

献立のテーマ「益田の食べ物を知って味わおう」　　高津学校給食センター

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
2 おいしい読書週間献立 牛乳 じゃこサラダ 白身魚の塩こうじ揚げ ご飯 まいごのまめのスープ	3 文化の日	4 牛乳 黒ごま和え こいわしの米粉揚げ 麦ご飯 ●大根とうずら卵の煮物	5 牛乳 里芋サラダ 鶏肉の香味焼き ご飯 ごまみそ汁	6 いい歯の日献立 牛乳 ひじきとアーモンドのサラダ おからコロッケ ご飯 カミカミ根菜カレー
9 牛乳 ほうれん草のマヨ和え 高野豆腐オランダ煮 ご飯 かぶのみそスープ	10 牛乳 昆布サラダ ポークビーンズ 麦ご飯 キャベツとウインナーのスープ	11 牛乳 ●マカロニサラダ サゴシのごま衣揚げ 麦ご飯 里芋のみそ汁	12 教えて!人気メニュー（鎌手保育所） 牛乳 五目白和え 鶏肉の甘酢漬け ご飯 切干大根のみそ汁	13 牛乳 和風サラダ 揚げシシャモ（小中2尾） ご飯 豆腐と大根のそぼろ丼の具
16 牛乳 スイートポテトサラダ カレイのからあげ ご飯 白菜のみそ汁	17 牛乳 あすっことパプリカのサラダ 豚肉と大根の炒め物 翔陽米ご飯 益田野菜のポタージュ	18 牛乳 高菜と野焼きのおかか和え 揚げサバおろしソース 翔陽米ご飯 ●かきたまみそ汁	19 益田の食育の日献立 牛乳 ブルーベリーヨーグルト シイラのパプリカソース ご飯 寄せ鍋	20 牛乳 おからサラダ 豚肉とキャベツのカレーソテー ご飯 ゆず香るスープ
23 勤労感謝の日	24 和食の日献立・保幼小中連携献立 牛乳 煮ごみ ハマチの和風あんかけ 麦ご飯 さつま揚げのまろやかみそ汁	25 牛乳 元気納豆 蒸し鶏の玉ねぎソースかけ 麦ご飯 ●たまごスープ	26 全国味めぐり献立（奈良県） 牛乳 こんにゃくの酢みそ和え 豚肉とごぼうの混ぜご飯の具 ご飯 かしわのすき焼き	27 牛乳 塩昆布和え アジの南蛮漬け ご飯 じゃがバターみそ汁
30 バランスupチャレンジDAY～野菜120gに挑戦～ 牛乳 ゆずマヨ和え 野菜たっぷり鶏丼の具 ご飯 ピリ辛春雨スープ			牛乳 副菜皿 主菜皿 ご飯食器 汁食器	牛乳 副菜皿 主菜皿 カレー皿 汁食器