

令和7年

# 11月 こんだてひょう

高山市学校給食久々野センター

## 今月の久々野産食材



ほうれんそう



しいたけ



だいこん



はくさい



ねぎ



りんご

毎月19日は食育の日です。

おうちでも「食べる」ことを話題にしてみましょう。



かみかみメニュー



久々野産の食材を使用しています。

## 日本の食文化を知ろう



### 11月 旬の食材

さけ、さば、大根、ごぼう、  
れんこん、ねぎ、里芋、  
くり、りんご など

給食にも登場します。

月	火	水	木	金
11月 旬の食材				
さけ、さば、大根、ごぼう、 れんこん、ねぎ、里芋、 くり、りんご など				
給食にも登場します。				
3 文化の日 	4 中なし ブロッコリー サラダ ハンバーグ トマトソース 牛乳 黒パン パンプキン ポタージュ	5 ぶたにくとキャベツの みそいため ブロッコリーの しおこんぶあえ 牛乳 むぎごはん けんちんじる (センターすいはん)	6 中なし パリッシュ コーンコロッセ 牛乳 ソフトめん チキンの クリーム ソース ツナ サラダ	7 りんご チキンカツ 牛乳 ハヤシライス (むぎごはん) マカロニ サラダ
10 ほうれんそう のからしあえ ねぎやきの おこのみソースがけ 牛乳 むぎごはん かんとくに	11 こんさいの ペペロン チーノ さけの もみじやき 牛乳 ラフランス ジャム コッペパン ミネスト ローネ	12 まるごと飛驒の日 ほうれんそうの なめたけあえ 牛乳 ヨーグルト すくなかぼちや チップス むぎごはん すきやきに	13 もやしの いちみあえ 牛乳 やさいかきあげ きつねうどん	14 和食の日メニュー ごまあえ 牛乳 さばの みそに ぎふだもん みかんゼリー ごもくごはん こんぶじる
17 給食なし 	18 こまつな サラダ 牛乳 チキン カレーソテー バターパン グリーン スープ	19 小6なし ほうれんそうの ごまずあえ 牛乳 ぶたにくの バーベキューソース ぎふの こんさいじる むぎごはん (センターすいはん)	20 きなこいも 牛乳 ソフトめん トマトソース レモンあえ	21 むしゅうまい (小2、中3) 牛乳 ちゅうかはん (むぎごはん) ちゅうか おひたし
24 振替休日 11月24日 いい・にほんしよく 「和食」の日	25 グリーンサラダ 牛乳 スライス スラッピースョー チーズ パンにはさんで食べよう！ 食パン はくさいと にくだんごの スープ	26 キャベツの ゆかりあえ 牛乳 こざかな アーモンド むぎごはん ぶたどん のぐ	27 中3なし 3しよく おひたし 牛乳 かみかみ だいたず やさいぎょうざ (小2、中3) ほつとうふう うどん	28 きりぼし だいこん の おひたし 牛乳 おこめ スイート ポテト むぎごはん きのこじる

※高山市では、給食の食材にかかる費用の1/3を市が助成しています。

※学校給食は「学校給食地産地消推進事業」により、県・市町村・JAグループの一部助成を受けています。

※牛乳は毎日つきます。農林水産省の一部助成を受けています。

※食材の購入等により献立が変更になることがあります。

※学校給食の栄養量の基準

エネルギー：小学校 650kcal

中学校 830kcal

塩 分：小学校 2.0g

中学校 2.5g

## ～まるごと飛驒の日～

地産地消をさらに推進するため、学校給食で「まるごと飛驒の日」を設定しています。高山市が食材の一部助成をすることで、地元食材をふんだんに取り入れた献立を提供します。年4回予定し、第4回目は、11月12日(水)です。お楽しみに！

