

11月給食カレンダー

2025年

神戸市中学校給食

親子給食



牛乳は毎回ついていきます

3月 文化の日	4 火 ビタミン豊富な 緑黄色野菜 さやいんげん 🗑️ ミニゼリー (アップル) いんげんのピリ辛炒め ごはん まぐろと ひじきの煮物	5 水 鶏肉とレバーをケチャップや カレー粉でスパイシーに 鶏肉の スパイシー煮 フライビーンズ パン ポテトスープ	6 木 牛丼どんを ご飯にのせて牛丼に 甘辛ごぼう 牛丼どん ごはん 沢煮碗	7 金 細長い形がまるで刀のよう 「秋刀魚」は秋の味覚 さんまのかば焼 いんげんのおかかあえ ごはん 塩こうじ汁
10月 ジュリエンはフランス語で 細いせん切りのこと 煮込みハンバーグ パン ジュリエンヌ スープ 🍰 スライスチーズ	11 火 甘辛味の肉みそを ごはんのにせて わかさぎの 甘酢づけ 肉みそどん の具 ごはん 鶏肉の しょうが汁	12 水 兵庫県のデュラム小麦を 使ったスパゲティ フライドこうや 小型パン クリーム スパゲティ 🍯 みかんジャム	13 木 アイリッシュチューは アイルランドの煮込み料理 カリボリ キャベツと フィッシュ コーンの ソテー 米粉入り アイリッシュ パン シチュー	14 金 ひじきには成長期に大切な 鉄分・カルシウムが豊富 ひじきの煮物 ごはん 鶏肉の うま煮 🍯 ふりかけ (さけウェット)
17月 揚げたさつまいもと はちみつで秋のデザート ハニーポテト ごはん 五目タンメン 🍯 ふりかけ (のり)	18 火 今日のみそ汁は 神戸市産みそを使っています 豚肉の れんこんの しょうが焼 たつた揚げ ごはん みそ汁	19 水 コチジャンの甘辛味が特徴の ヤンニョムチキン ヤンニョム 大根の チキン ナムル ごはん 野菜スープ	20 木 和風だしのうま味が 効いたカレーうどん 🗑️ はちみつレモンゼリー 牛肉入りきんぴら ごはん カレーうどん (小)	21 金 地元食材の恵みがたっぷり 兵庫県特産給食 🗑️ ゆずゼリー 小松菜 キャベツの コロケ 鶏そぼろ煮 ごはん チンゲン菜の スープ
24月 振替休日	25 火 大根のうま味と栄養が 凝縮した切干し大根 切干し大根の ミートボールの ツナ炒め あんかけ (2コ) ごはん 肉と野菜の うま煮	26 水 大豆の良質なたんぱく質で 体の基礎作り 🗑️ ミニゼリー (アセロラ) 蒸し野菜 (ブロッコリー) (イタリアンドレッシング) ごはん 大豆入り チキンカレー	27 木 みその風味の中に広がる さつまいもの甘味とうま味 たら の ほうれん草の なんばんづけ 煮びたし ごはん さつまい	28 金 秋の味覚を味わおう 貝だくさんのきのこスープ 鶏肉のさっぱり煮 ごはん きのこスープ 🍱 のりつくだ煮

※献立は、事情により一部変更する場合があります。

11月23日は「勤労感謝の日」です。日々の食事は、自然の恵みや多くの人の勤労に支えられて成り立っています。給食も、多くの人たちの手によって作られています。「残さず味わって食べる」「食器をていねいにあつかう」「心をこめてあいさつをする」など、感謝の気持ちをもって給食を大切にいただきましょう。

11月の給食には、季節の食材を使った「ハニーポテト(さつまいも)」や「きのこスープ(しめじ・えのき・しいたけ)」、新料理の「フライドこうや」、BE KOBE農産物(こうべ旬菜)「チンゲンサイ」「キャベツ」と「小松菜コロッケ(兵庫県産小松菜)」「ゆずゼリー(兵庫県産ゆず)」を使った『兵庫県特産給食』をとり入れています。

給食で食べる地場産物



給食で使っている、地域で採れた食材の動画や取材レポートを掲載しています。

給食を通して地産地消の良さを知ろう!

地産地消とは、地域で生産された農林水産物を、その地域で消費する取組です。学校給食では、地域でとれた「地場産物」を活用することで、地域の産業や食文化への理解を深め、地域への愛着を育むと共に、環境問題や食料自給率といった課題について目を向ける機会にしたいと考えています。

地産地消の良さとは?



新鮮な旬の味覚を味わうことができる。



作っている人の顔が分かり、安心感が得られる。



地域経済の活性化につながる。



農業が活性化することで農地が保全され、景観の維持や洪水の防止につながる。



運ぶ距離が短くなり、エネルギーやCO₂排出量が削減でき、環境に優しい。



SDGs(持続可能な開発目標)の達成に貢献できる。



学校給食に地場産物を活用する効果



- ★地域の産業や食文化への理解を深めることができる。
- ★食料の生産、流通に関わる人びとに対する感謝の気持ちを育むことができる。
- ★学校と地域との連携・協力関係を築くことができる。

食品を選ぶ際は、
産地や生産者を
意識してみませんか?