

11月予定こんだて

今月の地場産品



	月	火	水	木	金
	11月19日(月)は、忠類和牛のハンバーグ! 毎年「忠類どんとこいむら祭り」で、忠類産和牛の肉やハンバーグを販売している忠類和牛改良組合様から、和牛ハンバーグを提供していただきました。 忠類産の和牛100%で、おいしさがたっぷりつまったハンバーグです! お楽しみに♪ 		※材料の都合上、献立を変更することがありますのでご了承ください。 ※材料や調味料、アレルギー表示を記載した詳しい献立表を、各学校に配布しています。希望されるご家庭はお知らせください。	1 かぼちゃパン コンソメスープ ポークビーンズ スパゲッティサラダ 牛乳	2 ごはん 厚揚げのみそ汁 焼きぎょうざ ちくわの和え物 牛乳
赤			~おもに体をつくる食べもの	豚肉 うずらの卵 大豆 牛乳	厚揚げ とり肉 豚肉 ちくわ 牛乳
緑			~おもに体の調子を整える食べもの	白菜 えのき 長ネギ 人参 玉ねぎ トマト キャベツ きゅうり みかん	玉ねぎ 人参 キャベツ なら 白菜 きゅうり
黄			~おもにエネルギーのもとになる食べもの	パン じゃがいも スパゲッティ	ごはん じゃがいも ぎょうざの皮 ごま
	5 ごはん じゃがたま汁 とりつくね 海そうサラダ 牛乳	6 みそラーメン 揚げしゅうまい ピリカラきゅうり プリン ※小中学校のみ 牛乳	7 ミートボールカレー コールスローサラダ 牛乳	8 ごまパン コロコロ大根スープ とり肉のバーベキューソース 果物のヨーグルト和え 牛乳	9 ごはん 豆腐のみそ汁 ホッケフライ こんにやくきんぴら 牛乳
赤	卵 とり肉 豆腐 おから ハム 海そう 牛乳	豚肉 えび 白身魚 牛乳	とり肉 豚肉 ヨーグルト 牛乳	ベーコン とり肉 ヨーグルト 牛乳	豆腐 わかめ ホッケ さつま揚げ 牛乳
緑	玉ねぎ 人参 枝豆 キャベツ	もやし 玉ねぎ 白菜 人参 メンマ水煮 長ネギ きゅうり	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり とうもろこし	大根 キャベツ 人参 長ネギ 玉ねぎ 黄桃 みかん バイン ナタデココ	玉ねぎ 白菜 こんにやく ごぼう 人参 いんげん
黄	ごはん じゃがいも	ラーメン しゅうまいの皮 プリン	ごはん 麦 じゃがいも	パン	ごはん パン粉 ごま
	12 ごはん さつま汁 揚げ出し豆腐 ほうれん草のツナ和え 牛乳	13 スパゲッティミートソース ハムのマリネ ベビーチーズ 牛乳	14 わかめごはん かぼちゃのみそ汁 いわしの梅煮 白菜のおひたし 牛乳	15 ホットドック (たまごパン・ウインナー・ケチャップ) クリームシチュー イタリアンドレッシングサラダ 牛乳	16 親子丼 なめこのみそ汁 キャベツの浅漬け 牛乳
赤	とり肉 豆腐 まぐろ水煮 牛乳	豚肉 大豆 ハム チーズ 牛乳	わかめ 油揚げ いわし かつお節 牛乳	ウインナー とり肉 ハム 牛乳	卵 とり肉 油揚げ わかめ 牛乳
緑	大根 人参 こんにやく 長ネギ しめじ 干しいたけ もやし ほうれん草	玉ねぎ 人参 トマト 干しいたけ キャベツ	かぼちゃ 玉ねぎ しめじ 梅干し 白菜 水菜	玉ねぎ 人参 パセリ キャベツ きゅうり	玉ねぎ 人参 たけのこ しめじ 干しいたけ なめこ 長ネギ キャベツ
黄	ごはん さつまいも	スパゲッティ	ごはん	パン じゃがいも	ごはん 麦
	19 ごはん ゆりねとじゃがいもの卵スープ 忠類和牛のハンバーグ キャベツとコーンのサラダ 牛乳	20 あんかけ焼きそば もやしのナムル 小魚 牛乳	21 ハヤシライス ミックスフルーツ 牛乳	22 あずきパン ミートボールスープ 鮭のマヨネーズ焼き ジャーマンポテト 牛乳	23 勤労感謝の日  食べ物の命にも感謝!
赤	卵 牛肉 牛乳	いか えび 豚肉 うずらの卵 小魚 牛乳	豚肉 牛乳	とり肉 豚肉 鮭 ベーコン 牛乳	
緑	玉ねぎ キャベツ きゅうり 人参 とうもろこし	白菜 玉ねぎ 長ネギ ピーマン 人参 もやし きゅうり	玉ねぎ 人参 マッシュルーム 黄桃 みかん バイン ナタデココ	玉ねぎ 白菜 長ネギ しめじ 人参 とうもろこし ピーマン	
黄	ごはん じゃがいも ゆりね パン粉	焼きそばメン	ごはん 麦 じゃがいも	パン じゃがいも	
	26 ごはん もずくのみそ汁 厚揚げの煮物 とりささみの中華和え 牛乳	27 肉うどん ごまポテトサラダ ラ・フランスゼリー 牛乳	28 ごはん 油揚げのみそ汁 さんまのしょうが煮 切り干し大根の和え物 牛乳	29 減塩パン パンプキンシチュー メンチカツ ハムサラダ 牛乳	30 そぼろごはん わかめのみそ汁 こまつなのごま和え 牛乳
赤	もずく 油揚げ 厚揚げ 豚肉 うずらの卵 ちくわ とり肉 卵 牛乳	豚肉 とり肉 牛乳	油揚げ さんま 牛乳	ベーコン 牛肉 ハム 牛乳	豚肉 豆腐 卵 わかめ 牛乳
緑	なめこ 長ネギ たけのこ 人参 いんげん 干しいたけ キャベツ きゅうり	大根 玉ねぎ 人参 長ネギ ごぼう 干しいたけ キャベツ	白菜 玉ねぎ えのき しょうが 切り干し大根 きゅうり 人参	かぼちゃ 玉ねぎ 人参 いんげん キャベツ きゅうり	人参 ピーマン 白菜 玉ねぎ しめじ もやし こまつな
黄	ごはん	うどん じゃがいも ゼリー	ごはん	パン パン粉	ごはん 麦 ごま

今月の食育目標 感謝して食べよう



感謝の気持ちをこめて、
「いただきます」「ごちそうさま」の
あいさつをしましょう!

~給食についてのお知らせ~

9月6日に発生した北海道胆振東部地震による停電の影響等により、9月10日の給食に牛乳の提供ができなかった代替措置として、11月6日に小中学校へ『プリン』を提供いたします。今後とも児童生徒の健康保持・増進のため、安全安心な給食の提供に努めてまいりますので、ご理解のほどよろしくお願いいたします。