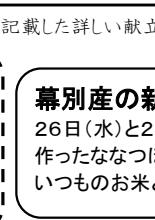
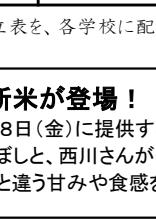
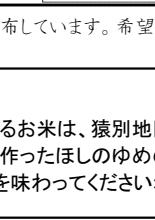
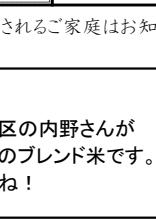


11月予定こんだて

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | | | | | | | | | | | | |
|---|--|---|---|--|-----|-----|-------|---------|---------|-------|-------|-------|-----|-------|-------|---|
| 3 文化の日  | 4 焼きそば 中華スープ ももゼリー 牛乳 | 5 ごはん 根菜のみそ汁 肉だんご もやしのカレー味サラダ 牛乳 | 6 ホットドッグ (コッペパン・ワインナー・ケチャップ) えびボールスープ スペゲッティサラダ 牛乳 | 7 切り干し大根のまぜごはん かぼちゃのみそ汁 焼きぎょうざ 牛乳 | | | | | | | | | | | | |
| 赤 | 豚肉 豆腐 牛乳 | 油揚げ みそとり肉 豚肉 ハム 牛乳 | ワインナー えび 魚のすりみ ハム 牛乳 | 油揚げ みそとり肉 豚肉 牛乳 | | | | | | | | | | | | |
| 緑 | キャベツ 玉ねぎ ピーマン 人参 とうもろこし たけのこ にら 長ネギ 干しいたけ | 大根 人参 ごぼう 長ネギ 玉ねぎ もやし きゅうり | 玉ねぎ 白菜 しめじ 長ネギ キャベツ きゅうり | いんげん 人参 切り干し大根 かぼちゃ 玉ねぎ しめじ キャベツ にら | | | | | | | | | | | | |
| 黄 | 焼きそばメン キャノーラ油 ごま油 でん粉 砂糖 ゼリー | ごはん パン粉 植物油脂 オリーブオイル 砂糖 | パン 砂糖 スパゲッティ イタリアンドレッシング | ごはん ごま油 砂糖 ぎょうざの皮 | | | | | | | | | | | | |
| 10 そぼろごはん わかめのみそ汁 とりささみの和え物 牛乳 | 11 ちゃんこうどん 粉ふきいも さつまいもチップス 牛乳 | 12 ごはん 中華コーンスープ 海鮮しゅうまい もやしの塩中華サラダ 牛乳 | 13 黒糖パン ワインナースープ ポークビーンズ マカロニサラダ 牛乳 | 14 チキンカレーライス コーンサラダ 牛乳 | | | | | | | | | | | | |
| 赤 | 豆腐 豚肉 卵 わかめ 油揚げ みそ とり肉 牛乳 | とり肉 豚肉 油揚げ 牛乳 | 卵 豆腐 魚のすりみ 卵 いか えび かに とり肉 牛乳 | ワインナー 豚肉 大豆 うずらの卵 ハム 牛乳 | | | | | | | | | | | | |
| 緑 | 人参 いんげん 長ネギ 白菜 きゅうり | 玉ねぎ 大根 人参 ごぼう 長ネギ 干しいたけ パセリ | 玉ねぎ キャベツ もやし きゅうり | 玉ねぎ 人参 キャベツ とうもろこし | | | | | | | | | | | | |
| 黄 | ごはん 麦 砂糖 キャノーラ油 ごま油 | うどん じゃがいも 砂糖 さつまいも 植物油脂 | ごはん 砂糖 キャノーラ油 ごま油 でん粉 しゅうまいの皮 塩中華ドレッシング | パン じゃがいも 小麦粉 キャノーラ油 砂糖 マカロニ ごまドレッシング | | | | | | | | | | | | |
| 17 ごはん もずくのみそ汁 肉じゃが 切り干し大根の和え物 牛乳 | 18 塩ラーメン チーズはんぺんフライ ぶどうゼリー 牛乳 | 19 こぎつねごはん 長いものみそ汁 焼き春巻き 牛乳 | 20 まるブランパン オニオンスープ チキンソテー イタリアンサラダ 牛乳 | 21 わかめごはん いもだんご汁 さばのみそ煮 牛乳 | | | | | | | | | | | | |
| 赤 | もずく 油揚げ みそ 豚肉 ちくわ 牛乳 | 豚肉 はんぺん チーズ 牛乳 | とり肉 厚揚げ みそ 豚肉 ひじき 牛乳 | わかめ 油揚げ さば みそ 牛乳 | | | | | | | | | | | | |
| 緑 | 長ネギ 玉ねぎ しらたき 人参 いんげん 切り干し大根 きゅうり | 玉ねぎ もやし 白菜 人参 長ネギ | 油揚げ 枝豆 人参 長ネギ キャベツ 玉ねぎ | 大根 人参 長ネギ 干しいたけ | | | | | | | | | | | | |
| 黄 | ごはん じゃがいも キャノーラ油 ごま油 砂糖 でん粉 | ラーメン キャノーラ油 ごま油 パン粉 ゼリー 砂糖 | ごはん 砂糖 キャノーラ油 長いも 春巻きの皮 植物油脂 春雨 | パン バター 砂糖 小麦粉 キャノーラ油 イタリアンドレッシング | | | | | | | | | | | | |
| 24 振替休日  | 25 スープスパゲッティ ハムサラダ よつ葉デザートヨーグルト 牛乳 | 26 ごはん・ひじきのり じゃがいものみそ汁 厚焼きたまご ちくわのいそ和え 牛乳 | 27 たまごパン コンソメスープ 忠類産ゆりねグラタン マンガリツツア豚ベーコンのマッシュポテト 牛乳 | 28 ハヤシライス くだものゼリー和え 牛乳 | | | | | | | | | | | | |
| 赤 | ウインナー 牛乳 ハム ヨーグルト | のり ひじき 厚揚げ みそ 卵 ちくわ 牛乳 | チーズ ベーコン 牛乳 | 豚肉 牛乳 | | | | | | | | | | | | |
| 緑 | 玉ねぎ しめじ ほうれん草 人参 とうもろこし キャベツ きゅうり | 玉ねぎ もやし 水菜 | 白菜 えのき 人参 長ネギ 玉ねぎ | 玉ねぎ 人参 しめじ 黄桃 みかん パイ | | | | | | | | | | | | |
| 黄 | スパゲッティ バター キャノーラ油 小麦粉 イタリアンドレッシング 砂糖 | ごはん じゃがいも 砂糖 でん粉 植物油 ごま油 | パン 小麦粉 ゆり根 植物油脂 砂糖 じゃがいも | ごはん 麦 じゃがいも 小麦粉 バター キャノーラ油 砂糖 ゼリー | | | | | | | | | | | | |
| 今月の食育目標 味わって食べよう 「五感」を使って 食べ物を味わってみよう！ | 今月の地場産品 | | かぼちゃの無償提供があります | | | | | | | | | | | | | |
| |  | | <p>7日(金)は、忠類農業協同組合青年部の赤坂さんより、かぼちゃの無償提供があります。 かぼちゃプロジェクト用に作ったかぼちゃがたくさん収穫できたため、給食にも提供していただきました。 今回は、かぼちゃのみそ汁として給食で登場します。円山動物園のアジアゾウを思い浮かべながら食べてくださいね。</p> | | | | | | | | | | | | | |
| |  | | <p>25日(火)は、忠類農業協同組合酪農部会様より、よつ葉デザートヨーグルトの無償提供があります。</p> | | | | | | | | | | | | | |
| |  | | <p>忠類の子どもたちに牛乳の魅力を知ってもらい、乳製品等を食べてほしいという思いから提供していただきました。 お楽しみに！</p> | | | | | | | | | | | | | |
| <table border="1"> <tr> <td>一食あたりの平均値</td> <td>小学生</td> <td>中学生</td> </tr> <tr> <td>エネルギー</td> <td>619kcal</td> <td>744kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>24.2g</td> <td>28.4g</td> </tr> <tr> <td>脂 質</td> <td>19.5g</td> <td>22.4g</td> </tr> </table> | | 一食あたりの平均値 | | | 小学生 | 中学生 | エネルギー | 619kcal | 744kcal | たんぱく質 | 24.2g | 28.4g | 脂 質 | 19.5g | 22.4g | <p>よつ葉デザートヨーグルトの無償提供があります</p> <p>25日(火)は、忠類農業協同組合酪農部会様より、よつ葉デザートヨーグルトの無償提供があります。</p> <p>忠類の子どもたちに牛乳の魅力を知ってもらい、乳製品等を食べてほしいという思いから提供していただきました。 お楽しみに！</p> |
| 一食あたりの平均値 | 小学生 | 中学生 | | | | | | | | | | | | | | |
| エネルギー | 619kcal | 744kcal | | | | | | | | | | | | | | |
| たんぱく質 | 24.2g | 28.4g | | | | | | | | | | | | | | |
| 脂 質 | 19.5g | 22.4g | | | | | | | | | | | | | | |
| 赤 ~おもに体をつくる食べもの | |  | | | | | | | | | | | | | | |
| 緑 ~おもに体の調子をととのえる食べもの | |  | | | | | | | | | | | | | | |
| 黄 ~おもにエネルギーのもとになる食べもの | |  | | | | | | | | | | | | | | |

※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。

11月27日(木)は『まくべつの恵み給食』

今回は忠類産のゆりねグラタン、十勝ロイヤルマンガリツツア豚のスマーケベーコンを使用したマッシュポテトを提供します。
マンガリツツア豚は去年に引き続き2回目の登場です。味や香りに注目して食べてくださいね！



幕別産の新米が登場！

26日(水)と28日(金)に提供するお米は、猿別地区の内野さんが作ったななつぼしと、西川さんが作ったほしのゆめのブレンド米です。
いつものお米と違う甘みや食感を味わってくださいね！

