

11月予定こんだて

	月	火	水	木	金												
	<div>3</div> <div>文化の日</div> <div></div>	<div>4</div> <div>焼きそば 中華スープ ももゼリー</div> <div>牛乳</div>	<div>5</div> <div>ごはん 根菜のみそ汁 肉だんご もやしのカレー味サラダ</div> <div>牛乳</div>	<div>6</div> <div>ホットドッグ (コッパン・ウインナー・ケチャップ) えびボールスープ スパゲッティサラダ</div> <div>牛乳</div>	<div>7</div> <div>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</div> <div>牛乳</div>												
赤		豚肉 豆腐 牛乳	油揚げ みそ とり肉 豚肉 ハム 牛乳	ウインナー 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 ビーマン 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 オリブオイル 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												
	<div>10</div> <div>そばろごはん わかめのみそ汁 とりささみの和え物</div> <div>牛乳</div>	<div>11</div> <div>ちゃんこうどん 粉ふきいも さつまいもチップス</div> <div>牛乳</div>	<div>12</div> <div>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</div> <div>牛乳</div>	<div>13</div> <div>黒糖パン ウインナースープ ポークビーンズ マカロニサラダ</div> <div>牛乳</div>	<div>14</div> <div>チキンカレーライス コーンサラダ</div> <div>牛乳</div>												
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	ウインナー 豚肉 大豆 うずらの卵 ハム 牛乳	とり肉 ヨーグルト 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	白菜 玉ねぎ 人参 トマト キャベツ 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	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	ごはん 麦 じゃがいも 小麦粉 バター はちみつ イタリアンドレッシング 砂糖 キャノーラ油												
	<div>17</div> <div>ごはん もずくのみそ汁 肉じゃが 切り干し大根の和え物</div> <div>牛乳</div>	<div>18</div> <div>塩ラーメン チーズはんぺんフライ ぶどうゼリー</div> <div>牛乳</div>	<div>19</div> <div>こぎつねごはん 長いものみそ汁 焼き春巻き</div> <div>牛乳</div>	<div>20</div> <div>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</div> <div>牛乳</div>	<div>21</div> <div>わかめごはん いもだんご汁 さばのみそ煮</div> <div>牛乳</div>												
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	ベーコン とり肉 チーズ 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	玉ねぎ パセリ キャベツ きゅうり 人参	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 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	ごはん じゃがいも でん粉 小麦粉 砂糖												
	<div>24</div> <div>振替休日</div> <div></div>	<div>25</div> <div>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</div> <div>牛乳</div>	<div>26</div> <div>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</div> <div>牛乳</div>	<div>27</div> <div>たまごパン コンソメスープ 忠類産ゆいねグラタン マンガリツァ豚ベーコンのマッシュポテト</div> <div>牛乳</div>	<div>28</div> <div>ハヤシライス 果物のゼリー和え</div> <div>牛乳</div>												
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 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												
	<table><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	<div>今月の食育目標</div> <div>味わって食べよう</div> <div>「五感」を使って 食べ物を味わってみよう！</div> <div><div>耳で聞く</div><div>目で見える</div><div>鼻でかぐ</div><div>歯・舌・手で さわる</div><div>舌で味を感じる</div></div>	<div>こんげつ じ ばさんひん</div> <div>今月の地場産品</div> <div><div></div>たまねぎ</div> <div><div></div>じゃがいも</div> <div><div></div>ながいも</div> <div><div></div>だいこん</div> <div><div></div>キャベツ</div> <div><div></div>かぼちゃ</div> <div><div></div>ゆりね</div> <div><div></div>こめ</div> <div><div></div>ぶたにく</div>	<div>かぼちゃの無償提供があります</div> <div>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。</div> <div></div>	<div>よつ葉デザートヨーグルトの 無償提供があります</div> <div>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。 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！</div> <div></div>
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。※材料及調味料、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ァ豚の
スモークベーコンを使用したマッシュポテトを提供します。
マンガリツァ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！

