

令和3年度 11月分学校給食献立予定表

金山町学校給食共同調理場

きいろ：熱や力のもとになる      あか：体をつくるもとになる      みどり：体の調子をととのえる

	月	火	水	木	金	
1	ごはん さわらの南蛮漬け ピーフンのカレー炒め えのきのみそ汁 牛乳 小664 中798キロカロリー	おやこどん 親子丼 大根サラダ チンゲン菜のみそ汁 牛乳 小662 中804キロカロリー	文化の日 	小学校5年なし ごはん 納豆 野菜の切りごま和え 肉じゃが 庄内柿 牛乳 小682 中801キロカロリー	ごはん 笹かま衣揚げ もやしとコーンのみそバター キムチ汁 牛乳 小641 中795キロカロリー	
	★ごはん あぶら さとう ピーフン	★ごはん さとう あぶら ごま		★ごはん ごま ★じゃがいも さとう	★ごはん かたくりこ あぶら バター	
	さわら ぶたにく ★とうふ みそ ぎゅうにゅう	とりにく たまご ハム ★とうふ みそ ぎゅうにゅう		なっとう ちくわ ぶたにく ぎゅうにゅう	ささかまほこ ハム ぶたにく みそ ぎゅうにゅう	
	★ねぎ ほししいたけ たまねぎ にんじん ★キャベツ ピーマン えのきたけ	ほししいたけ たまねぎ にんじん グリンピース だいこん きゅうり しめじ チンゲンサイ		ほうれんそう にんじん ★キャベツ しょうが こんにゃく たまねぎ いんげん かき	あおのり もやし コーン にんじん ピーマン だいこん はくさいキムチ ★ねぎ	
	みどり					
8	明安なし ごはん 鶏肉のんにく醤油煮 干草和え 大根のみそ汁 牛乳 小631 中767キロカロリー	いい歯の日献立 ごはん 味付けのり ししゃものバーベキューソース すき昆布煮物 いももち汁 牛乳 小657 中802キロカロリー	きのこうどん キャベツのメンチカツ ブロッコリーのごまマヨ和え 牛乳 小636 794中キロカロリー	ごはん さんまオレンジ煮 洋風きんぴら 白菜のみそ汁 牛乳 小637 中764キロカロリー	ハヤシライス ノンオイルサラダ りんご(王林) 牛乳 小674 中811キロカロリー	
	★ごはん ごま	★ごはん さとう あぶら いももち	うどん パンこ あぶら マヨネーズ ごま	★ごはん あぶら さとう ごま	★ごはん あぶら ★じゃがいも バター	
	とりにく たまご ★あつあげ みそ ぎゅうにゅう	ししゅうき かつまあげ すきこんぶ のり とうふ あぶらあげ ぎゅうにゅう	とりにく あぶらあげ ぶたにく ハム ぎゅうにゅう	さんま ベーコン ★あつあげ みそ ぎゅうにゅう	ぶたにく だいず ハム ぎゅうにゅう	
	こんにゃく にんにく こまつな にんじん ★キャベツ だいこん しめじ	にんにく りんご こんにゃく にんじん ★むきまめ だいこん こぼろ ほししいたけ ★ねぎ	なめこ えのきたけ しめじ コーン にんじん ★ねぎ ★キャベツ	ごぼう にんじん こんにゃく ピーマン はくさい えのきたけ	にんにく たまねぎ にんじん しめじ ブロッコリー ★キャベツ りんご	
	みどり					
15	ごはん レバーのごまみそ 和風サラダ じゃが芋のみそ汁 牛乳 小704 中859キロカロリー	秋のふるさと給食 かはやま豆腐の中華丼 金山豆腐の中華丼 キャベツとむき豆のサラダ わかめと卵のスープ ラ・フランス 牛乳 小645 中778キロカロリー	コッペパン ウインナー チーズサラダ クリームシチュー 牛乳 小751 中942キロカロリー	有屋6年なし わかめごはん 白身魚のチリソース しょうが和え ワンタンスープ 牛乳 小611 中732キロカロリー	有屋6年なし ごはん ハンバーグケチャップソース 野菜炒め なめこのみそ汁 牛乳 小639 中778キロカロリー	
	★ごはん あぶら ごま さとう こまあぶら ごま じゃがいも	★ごはん あぶら ごまあぶら かたくりこ さとう	コッペパン あぶら バター ★じゃがいも こむぎこ	★ごはん かたくりこ あぶら さとう こまあぶら わんだんのかわ	★ごはん あぶら さとう	
	ぶたレバー ぶたにく あぶらあげ みそ かつおぶし ★あつあげ ぎゅうにゅう	ぶたにく ★とうふ エビ イカ ハム わかめ たまご ぎゅうにゅう	ウインナー チーズ とりにく スキムミルク ぎゅうにゅう	ホクカ まほこ ぶたにく ぎゅうにゅう	ぶたにく ぎゅうにゅう ベーコン ★とうふ みそ ぎゅうにゅう	
	しょうが ★キャベツ にんじん こまつな ★ねぎ	しょうが にんにく ほししいたけ ニラ にんじん たまねぎ ★キャベツ ★ねぎ きゅうり ★むきまめ ★ラ・フランス	★キャベツ にんじん きゅうり コーン たまねぎ ブロッコリー	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ★キャベツ ブロッコリー もやし ★ねぎ	★キャベツ たまねぎ にんじん しめじ なめこ ★ねぎ	
	みどり					
22	金中なし 金小6年お弁当給食 ごはん ぶりかけ 春巻き 豚キムチ炒め 豆腐の中華スープ 牛乳 小663キロカロリー	23 きんろう感謝の日 	24 ミートボール入りカレーライス ツナサラダ みかん 牛乳 小728 中880キロカロリー	25 つや姫給食 和食の日献立 つや姫ごはん さばのみそ煮 ひじきとさつま芋の煮物 すまし汁 牛乳 小679 中810キロカロリー	26 明安リクエストメニュー ココア揚げパン 鶏肉の照り焼き 海そうサラダ オニオンスープ 紫芋チップス 牛乳 小683 中820キロカロリー	
	★ごはん はるまきのかわ あぶら さとう ごま		★ごはん あぶら さとう カレールウ	★ごはん さとう さつまいも	コッペパン あぶら さとう こまあぶら むらさきいもチップス	
	ぶたにく みそ ★とうふ わかめ ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう ぶたにく だいず なっとう ぎゅうにゅう	さば みそ ひじき さつまあげ ★とうふ なると ぎゅうにゅう	とりにく かいそう かまほこ ベーコン ぎゅうにゅう	
	しょうが はくさいキムチ ニラ ★キャベツ もやし えのきたけ たけのこ チンゲンサイ		にんにく しょうが たまねぎ ★じゃがいも にんじん ★キャベツ きゅうり みかん	しょうが にんじん こんにゃく ★むきまめ こまつな	ブロッコリー ★キャベツ にんじん たまねぎ パセリ	
	みどり					
29	ごはん 野菜のカレーコロッケ 豚肉と大根の煮物 キャベツのみそ汁 牛乳 小639 中773キロカロリー	30 ごはん ますのみそマヨネーズ焼き ささ身と野菜のごま醤油和え 納豆汁 牛乳 小674 中816キロカロリー	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;"><b>今月の金山産紹介</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○お米 (はえぬぎ)</li> <li>○じゃがいも・キャベツ・だいこん・ねぎ (夢市グループ)</li> <li>○むきまめ (天口鯉屋)</li> <li>○豆腐・厚揚げ (ならだいのトーフ屋)</li> <li>○ラ・フランス (荒屋の阿部豊春さん)</li> </ul> </div>			 <p style="text-align: center; font-size: 24px; font-weight: bold;">よくかんでね!</p>
	★ごはん パンこ あぶら じゃがいも	★ごはん マヨネーズ ごま さとう	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 都合により、献立が変更になる場合があります。</li> <li>• 小：小学校 中：中学校のカロリーになります。</li> <li>• ★は金山産の食材を使用する 予定です。</li> </ul>			
	ぶたにく こんにゃく あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	ます とりさきみ あぶらあげ みそ ★とうふ なっとう ぎゅうにゅう				
	★だいこん こんにゃく にんじん いんげん ★キャベツ えのきたけ	きゅうり にんじん もやし なめこ こんにゃく ★ねぎ				
	みどり					