

11月 学校給食予定献立表

日 (曜)	牛乳	主食	献立表	食 品 名			
				おもにエネルギーの多いものとなる食品 (炭水化物が多い)	おもに体の質を多くするものとなる食品 (たんぱく質が多い)	おもに体の質を多くするものとなる食品 (脂質が多い)	その他のビタミンが多い
1 (火)		麦飯	厚揚げと野菜のそぼろ煮 小松菜と切干大根のあえもの	麦飯 さとう じゃがいも	鶏肉 厚揚げ	牛乳	たまねぎ 切干大根
2 (水)		ロールパン	シイラのヤンニョムソースかけ チャブチエ	ロールパン でんぶん さとう はるさめ	シイラ 豚肉	牛乳	しょうが にんにく ほししいたけ キャベツ
3 (木)				文 化 の 日			
4 (金)		ロールパン	白菜と肉団子のスープ 大学芋	ロールパン でんぶん さつまいも さとう	鶏肉 とうふ	牛乳	ほししいたけ 白菜 たまねぎ しょうが
7 (月)		麦飯	サバの南蛮焼き 佃兵汁 白菜漬	麦飯 さといも	サバ 豚肉 赤みそ とうふ	牛乳	にんにく しょうが たまねぎ 白菜
8 (火)		麦飯	ポークカレー 福神漬 コールスローサラダ	麦飯 じゃがいも 小麦粉 さとう	豚肉	牛乳	しょうが にんにく たまねぎ 福神漬 キャベツ コーン
9 (水)		ロールパン	サケのカップ焼き ABCスープリんご	ロールパン マカロニ	サケ ベーコン 白いんげん豆	牛乳	たまねぎ コーン にんにく キャベツ りんご
10 (木)		麦飯	秋刀魚の甘露煮 湯菜のすまし汁 ほうれん草ともやしの麻香あえ	麦飯 さとう	サンマ ゆば	牛乳 きざみのり	しょうが えのきたけ もやし
11 (金)		黒糖パン	チーズ香辛き 中華野菜スープ	黒糖パン 小麦粉 春巻の皮	鶏肉 豚肉	牛乳 チーズ	しょうが たまねぎ
14 (月)		麦飯	一口おでん 香味漬 納豆みそ	麦飯 さとう さといも	がんちどき 納豆 あげボール 赤みそ うずら卵 豚肉	牛乳	こんにゃく 大根 キャベツ しょうが
15 (火)		麦飯	イワシのかばやき風 豆乳入りみそ汁 小松菜ともやしのあえもの	麦飯 でんぶん さとう	イワシ 鶏肉 とうふ 豆乳 あわせみそ	牛乳 小松菜	にんにく ねぎ たまねぎ きゅうり
16 (水)		ロールパン	大豆入りキーマカレー スイートポテトサラダ	ロールパン 米粉 さつまいも さとう	牛肉 豚肉 大豆	牛乳	にんにく しょうが たまねぎ きゅうり
17 (木)		麦飯	高野豆腐の卵とじ ふろふき大根 焼きのり	麦飯 さとう	鶏肉 高野豆腐 鶏卵 赤みそ	牛乳 焼きのり	ほししいたけ たまねぎ 大根 糸こんにゃく
18 (金)		きなこあげパン	ポトフ ブロッコリーサラダ	ロールパン さとう グラニュー糖 粉砂糖 じゃがいも	きなこ 豚肉 まぐろオイル漬	牛乳	たまねぎ キャベツ コーン
21 (月)				振 替 休 日			
22 (火)		麦飯	吹き寄せごはん 大根のみそ汁 みかん	麦飯 さとう さつまいも	鶏肉 油揚げ あわせみそ とうふ	牛乳	ほししいたけ れんこん 大根 みかん
23 (水)				勤 労 感 謝 の 日			
24 (木)		麦飯	サワラの照り焼き ごま酢あえ おからの炒り煮	麦飯 さとう	サワラ 鶏肉 おから	牛乳	しょうが キャベツ やし ごぼう ほししいたけ 米こんにゃく
25 (金)		減塩ロールパン	クリームスナッパティ 大根サラダ	ロールパン 米粉 スパゲッティ さとう	鶏肉 まぐろオイル漬	牛乳 わかめ	にんにく たまねぎ しめじ コーン 大根
28 (月)		麦飯	豆腐のどり辛煮 拌三米	麦飯 さとう でんぶん はるさめ	豚肉 とうふ	牛乳	にんにく しょうが たまねぎ キャベツ もやし
29 (火)		麦飯	サケの生姜風味 五目豆 してあえ	麦飯 さとう	サケ 鶏肉 大豆	牛乳 角切り昆布	しょうが ほししいたけ つきこんにゃく ごぼう キャベツ
30 (水)		米粉入りパン	ミートローフ添えレタス 野菜スープ	米粉入りパン さとう じゃがいも	豚肉 牛肉 おから ベーコン	牛乳	たまねぎ レタス

※献立は予定献立であり、食料の流通などにより、変更することがあります。

