

れいわ 5年 11月 給食予定献立表

綾小学校

日 (曜)	こんだて	黄の食品	赤の食品	緑の食品	調味料その他				
		エネルギーのもと	体をつくる	体の調子をととのえる					
1 (水)	さんしょくそぼろどん さつまいものみそしる	こめ むぎ さとう	とりにく たまご	にんじん たまねぎ あおまめ しょうが ごぼう にんじん ふとねぎ	みりん しょうゆ にぼし				
2 (木)	むぎごはん いももちじる さかなフライ・そえキャベツ・ソース	おはなしこんだて① 「キャベツがたべたいのです」	こめ むぎ いももち あげあぶら	あぶらあげ さかなフライ(ホキ)	かぼちゃ こまつな えのきたけ ふとねぎ キャベツ にんじん				
6 (月)	むぎごはん あきなすのみそしる あじのこうそうやき、ミニトマト	こめ むぎ	どうふ わかめ みそ	なす にんじん たまねぎ ねぎ ミニトマト パセリフレーク バジルフレーク	にぼし しお こしょう ガーリック				
7 (火)	こめこパン やさいたっぷりラーメン	おはなしこんだて② 「ぼくがラーメンたべてるとき」	こめこパン ちゅうかめん あぶら ごまあぶら	ぶたにく	キャベツ しめじ たまねぎ にんじん もやし ふとねぎ				
	こまつなとコーンのサラダ	オリーブオイル さとう	まぐろみず	こまつな コーン きゅうり レモンじる	す しお こしょう しょうゆ				
8 (水)	むぎごはん とりごぼうじる いりどうふ	こめ むぎ	とりにく あぶらあげ	ごぼう こまつな にんじん えのきたけ ふとねぎ しょうが	さけ だしこんぶ かつおぶし しょうゆ みりん しお				
9 (木)	むぎごはん ワンタンスープ あつあげのまからいため	こめ むぎ	さとう あぶら	どうふ ちくわ かつおぶし たまご	たまねぎ にんじん にら しょうゆ				
10 (金)	ソースかつどん きのこのやまざとじる	ふくい県の郷土料理 ソースかつどん	こめ むぎ さとう あげあぶら さつまいも	おはなしこんだて③ 「14ひきのあきまつり」	トンカツ	キャベツ しいたけ えのきたけ しめじ ごぼう にんじん ふとねぎ	ウスターーソース どんかつソース みりん さけ しお		
13 (月)	シャッキとハッシュドポーク キャベツとツナのサラダ	こめ むぎ バター こめこ さとう	ぶたにく	トマト たまねぎ ごぼう エリンギ トマトピューレ	トマト	キャベツ きゅうり にんじん	ケチャップ デミグラスソース しょうゆ ガラスープ す しょうゆ		
14 (火)	ミルクパン いなかふうスパゲティ ほうれんそうソテー	ミルクパン	スパゲティ ノンエッグマヨネーズ さとう オリーブオイル	ぶたにく ひじき まぐろみず	たまねぎ にんじん こまつな しめじ	ほうれんそう もやし にんじん	しょうゆ しお こしょう しょうゆ		
15 (水)	だいせんおこわ いもとやさいのごまみそしる いわしおかかに、そえブロッコリー	とつとり県の郷土料理 だいせんおこわ	こめ もちごめ さとう さつまいも ごま	とりにく ちくわ どうふ みそ	にんじん ごぼう しいたけ さんさい あおまめ こまつな にんじん ふとねぎ	いわしおかかに ブロッコリー	にぼし しお		
16 (木)	むぎごはん じゃがいものそぼろに せんぎりだいこんのすのもの	こめ むぎ	さとう あぶら さとう	ぶたにく あつあげ	たまねぎ にんじん いとこんにやく しいたけ いんげん	せんぎりだいこん にんじん きゅうり	しょうゆ さけ みりん す しょうゆ		
17 (金)	むぎごはん まーぼーだいこん ばんさんすう	こめ むぎ	さとう ごまあぶら でんぶん	ぶたにく だいすミート あつあげ みそ	だいこん にんじん たまねぎ しょうが にんにく しいたけ たけのこ にら	マロニー さとう ごまあぶら ごま	もやし キャベツ にんじん こまつな レモンじる	オイスターーソース どうばんじyan しょうゆ す しょうゆ しお	
20 (月)	むぎごはん こまつなのみそしる ちきなんばん、ゆでキャベツ	宮崎県の郷土料理 チキンなんばん	こめ むぎ とうふ わかめ みそ	とうふ あぶらあげ	こまつな にんじん たまねぎ ふとねぎ	こむぎこ こめこ あげあぶら さとう	りににく	レモンじる キャベツ	にぼし しお こしょう す しょうゆ しお
21 (火)	こくとうパン しらはなまめのシチュー ツナのカレーサラダ	こくとうパン	さつまいも あぶら こめこ バター	とりにく しらはなまめのペースト	にんじん たまねぎ ブロッコリー あおまめ	とうにゅう なまクリーム	にんじん きゅうり キャベツ コーン ほうれんそう	ガラスープ ワイン しお こしょう カレーこ しお こしょう	
22 (水)	なめし きつねうどん かきなます	なめし	うどん さとう	とりにく かまぼこ わかめ あぶらあげ	だいこんば	さとう	ちりめん	かき だいこん きゅうり	にぼし しお こしょう みりん す しょうゆ
24 (金)	むぎごはん はちはいじる さばのたつたあげ、きゅうりのゆかりあえ	みやざきけん きょうどうりょうり 宮崎県延岡市の郷土料理 はちはいじる (八杯汁)	こめ むぎ でんぶん	とうふ	キャベツ こまつな にんじん こんにやく しいたけ	さば	さば	キヤウリ キュウリ ゆかりこ	だしこんぶ かつおぶし しょうゆ さけ しお す しょうゆ みりん
27 (月)	ふりかえ休日	ふりかえ休日	しょくパン、りんごジャム ポークビーンズ ひじきとチーズのサラダ	しょくパン りんごジャム だいす ぶたにく ひじき とりささみ チーズ	たまねぎ にんじん トマト きゅうり キャベツ コーン レモンじる	26日(日)は、オープンスクール(参観日)です。給食はありません。	2(木)	7(火)	10(金)
28 (火)	むぎごはん いしかしりじる しぐれに	こめ むぎ	じゃがいも バター	さけ(鮭) みそ	はくさい にんじん ふとねぎ しょうが	2(木)	7(火)	10(金)	にぼし さけ こんにやく こぼう しいたけ にんじん いんげん しょうが
29 (水)	こんさいカレー フルーツしらたま	こめ むぎ さつまいも あぶら	ごま ごまあぶら さとう	ぶたにく あぶらあげ	だいこん にんじん たまねぎ れんこん ごぼう	2(木)	7(火)	10(金)	にんにく りんご もも みかん パイン
30 (木)	給食日数 11月…19日(米飯14日 パン5日)	あやっこ読書まつり(10月30日～11月10日)です!	2(木)	7(火)	10(金)	11月のあきまつり			

こんばんは。どうじょうしようじょりょうりと、いよいよ登場する食材や料理を取り入れた「おはなしこんだて」を3回取り入れました。

今月は、本に登場する食材や料理を取り入れた「おはなしこんだて」を3回取り入れました。



2(木)



7(火)



10(金)

