



11月 小学校給食こんだて表

春日井市教育委員会
学校給食課

こんげつ 今月のこんだて目標
もくひょう 秋の愛知の味を食べよう

日	曜	こんだて名		主な材料とその働き			
		園	園	園	園	園	
1	木	ごはん	牛乳	牛肉とたまねぎのうまに	牛肉 焼き豆腐	たまねぎ しらたき ねぎ にんじん	さとう
				米粉のホキフライ	ホキ	エリンギ	米粉パン粉 米油
				ポイルやさしい たく上ソース		キャベツ きゅうり	
2	金	わかめ ごはん	牛乳	ごもくじる	とうふ とり肉	だいこん にんじん こまつな しいたけ	
				ぶた肉とポテトのきんぴら	ぶた肉	こんにやく にんじん ごぼう さやいんげん にんにく	じゃがいも 白ごま さとう ごま油
				りんご		りんご	
5	月	麦ごはん	牛乳	わかめスープ	とうふ とり肉 わかめ	たまねぎ にんじん ねぎ とうもろこし	
				ビビンバ	たまご 牛肉	大豆もやし こまつな 切りほしだいこん にんにく	さとう
				ミックスマッツ			アーモンド カシューナッツ マカダミアナッツ
6	火	サンドイッチ ロールパン	牛乳	秋あじシチュー	とり肉 豆乳 チーズ	たまねぎ にんじん ぶなしめじ マッシュルーム えだ豆	さつまいも くり ホワイトルウ バター
				ポイルウインナー (2本) にんじんサラダ	ポークウインナー	にんじん パセリ	ドレッシング
7	水	ごはん	牛乳	もみじのおすいもの	とうふ かまぼこ	だいこん にんじん ごぼう ねぎ ぶなしめじ	
				れんこんととりだんごの あげに	とり肉	れんこん たまねぎ さやいんげん	米油 さとう でん粉
				はくさいとほうれんそうの ごま塩こんぶあえ	塩こんぶ	はくさい ほうれんそう	白ごま
				おにまんじゅう			おにまんじゅう
8	木	ごはん	牛乳	ひきずり	とり肉 焼き豆腐	はくさい こんにやく ねぎ にんじん	さとう
				ひじき入りツナそぼろ	たまご まぐろ油づけ ひじき	たまねぎ にんじん えだ豆 しょうが	さとう
				ココアパウダー			ココアパウダー
9	金	発芽げん米 ごはん	牛乳	あつあげカレーどんのぐ	生あげ ぶた肉 かまぼこ	たまねぎ にんじん ピーマン	でん粉
				おひたし	しらすぼし	もやし きゅうり キャベツ にんじん	白ごま さとう サラダ油
				オレンジ		オレンジ	
12	月	麦ごはん	牛乳	えがおのハヤシシチュー	ぶた肉	たまねぎ にんじん マッシュルーム にんにく トマト	じゃがいも ハヤシルウ さとう
				こんさいサラダ		ごぼう きゅうり れんこん とうもろこし	アーモンド ドレッシング さとう
				りんご		りんご	
13	火	ごはん	牛乳	ちゅうかかいせんうまに	いか えび ちくわ	たまねぎ キャベツ たけのこ にんじん チンゲンサイ	さとう でん粉
				あげぎょうざ (2こ)	ぶた肉	キャベツ たまねぎ	小麦粉 米油
				もやしのナムル		もやし	白ごま さとう ごま油
14	水	くろ ロールパン	牛乳	白いんげんとポークの トマトに	ぶた肉	たまねぎ にんじん トマト とうもろこし セロリ にんにく	白いんげん豆 じゃがいも さとう
				フルーツミックス		みかん もも パイナップル	
				コロコロとうふ	あじつきかんそうとうふ		
15	木	麦ごはん	牛乳	たまごとじ	たまご かまぼこ とり肉	たまねぎ にんじん さやいんげん	じゃがいも さとう
				さんまのみぞれに	さんま	だいこん	さとう
				みかん		みかん	
16	金	きしめん	牛乳	きしめんおしる	とり肉 油あげ	だいこん ねぎ こまつな ごぼう しいたけ	でん粉
				大豆とナッツのあげもの	大豆	えだ豆	でん粉 小麦粉 カシューナッツ 米油 さとう
				洋なしのミニゼリー			洋なしのミニゼリー
19	月	五目ごはん	牛乳	さわにわん	ぶた肉 かまぼこ	愛知県産にんじん ごぼう 愛知県産こまつな えのきたけ	ながいも でん粉
				さばのみそに	さば みそ		さとう
				れんこんのうめこんぶあえ	塩こんぶ	れんこん うめ 赤じそ	さとう
				お米のタルト			米粉のタルト
20	火	麦ごはん	牛乳	えがおのカレーシチュー	ぶた肉 豆乳	たまねぎ にんじん マッシュルーム にんにく	じゃがいも カレールウ
				かんでんサラダ	とり肉 わかめ こんぶ	きゅうり キャベツ にんじん こんにやくかんでん	さとう サラダ油
				ふくじんづけ		ふくじんづけ	
				ブルー		ブルー	
21	水	スライス パン	牛乳	ポトフ	うずらたまご ベーコン	だいこん たまねぎ にんじん	じゃがいも
				ツナサンドのぐ	まぐろ油づけ	キャベツ きゅうり とうもろこし にんじん	
				スライスチーズ	チーズ		
				小ぶくろたまごなし マヨネーズ			たまごなしマヨネーズ

愛知の
秋を食べる
学校給食の日

日	曜	こんだて名		主な材料とその働き			
		園	園	園 体をつくる	園 体の調子を整える	園 体を動かすエネルギーになる	
22	木	愛知の だいこんば ごはん	は つこ う乳	さつまいもじる	ぶた肉 みそ	だいこん ごぼう にんじん ねぎ	さつまいも
				とりのたつたあげ	とり肉		米油
				りんご		りんご	
26	月	ごはん	牛 乳	かんとくに	うずらたまご ちくわ こんぶ	だいこん にんじん こんにやく	さといも さとう
				キャベツ入りメンチカツ	牛肉 ぶた肉	キャベツ たまねぎ	パン粉 米油
				みかん		みかん	
27	火	りんごパン	牛 乳	はくさいの クリームスープに	とり肉 牛乳 生クリーム	はくさい たまねぎ にんじん エリンギ	じゃがいも ホワイトルウ バター
				スペインふうオムレツ	たまご	たまねぎ	じゃがいも
				キャベツのサワーづけ		キャベツ	さとう
				小ぶくろケチャップ			
28	水	ごはん	牛 乳	肉じゃが	ぶた肉	たまねぎ こんにやく にんじん グリーンピース	じゃがいも さとう
				かれいのたつたあげ	かれい		米粉 米油
				オレンジ		オレンジ	
				ひじきつくだに	ひじきつくだに		
29	木	麦ごはん	牛 乳	ごじる	とうふ 豆乳 大豆 みそ	だいこん ねぎ にんじん えのきたけ	
				まぐろのあまからに	まぐろ油づけ	しょうが	さとう
				きざみたくあん		たくあんづけ	
				手まきのり	のり		
30	金	ソフトめん	牛 乳	ちゅうかあんかけ	ぶた肉 えび くきわかめ	たまねぎ キャベツ にんじん たけのこ しょうが	さとう でん粉 米油
				パンパンジーサラダ	とり肉	きゅうり とうもろこし にんじん	白ごま さとう ごま油
				ピーチゼリー			ピーチゼリー

- ① 都合により献立を変更する場合があります。 ② すべての食材を表記しているものではありません。 ③ 主食となるめん類は前日に製造しています。
④ ♪マークは、食缶・フライ缶のおかずは、特定原材料7品目（卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生）を使用していない献立です（調味料を除く）。

あいちけん とくさんひん つか りょうり
愛知県の特産品を使った料理



8日（木） ひきずり

名古屋では、とり肉のすき焼きのことを「ひきずり」と言います。すき焼きなべの上でとり肉をひきずるように食べたことから、そう呼ばれるようになりました。すき焼きには牛肉を使うことが多いですが、愛知県ではにわたりの飼育が盛んなので、とり肉を使ったひきずりも食べられています。大みそかには、ひきずりを食べて、年の終わりでひきずってきた、いらぬものを、その年のうちに片付けてから新年をむかえるという習慣がありました。

かごしまけん とくさんひん つか りょうり
鹿児島県の特産品を使った料理



22日（木） さつまいもじる

鹿児島県は、さつまいもの生産量が全国第一位です。さつまいもの「さつま」は、薩摩藩、現在の鹿児島県の旧名からきました。さつまいもは、天気の変化や病気に強く、長い間保存もできるため、お米がとれなかった江戸時代に多くの人の命を救いました。また、加熱してもビタミンCが失われにくいことも特徴のひとつです。

さつまいもをたっぷり使ったさつまいもじるは、体が温まり、寒い冬にぴったりのしるものです。

こんげつ
今月の
こんだて紹介

19日（月）
愛知の秋を食べる学校給食の日
愛知県は、一年を通じて比較的暖かい

い気候と、豊かな水資源に恵まれた、農業に適した県です。この日は、特に愛知県の食材が多く使われています。

「お米のタルト」は春日井市産のお米を、「さばのみそに」は愛知県で昔から作られている八丁みそを使っています。

おうほ
応募こんだて

2日（金）
ぶた肉とポテトの



おうぼしゃ
応募者のコメント

きんぴら

ふつうのきんぴらとちがって、ぶた肉とじゃがいもが入るので、副菜としてだけではなく、メイン料理としてわが家では登場します。にんにくの味がほのかにして、一味ちがっておいしいです。



はくさい

はくさいは、冬が旬の野菜で、寒くなると甘くなり、おいしくなります。かぜを予防するビタミンCや、骨や歯を強くするカルシウム、おなかの中をそうじする食物せんいを含んでいます。



りょうりちよう あじ きゅうしよく
料理長の味を給食に

7日（水）



11月の給食費

口座への入金振替予定日の前日までをお願いします。

【小学校の予定金額】245円×21日=5,145円【口座振替予定日】平成31年1月4日（金）