



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 ちくひょう あき あいち あじ た
今月のこんだて目標 「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			
		黄	赤	赤	緑	黄	
				赤	緑	黄	
				赤	緑	黄	
2	月	ごはん	牛乳	だまこじる なまあげのやさいあんかけ のりつくだに	とり肉 生あげ のりつくだに	ごぼう にんじん ねぎ はくさい しらたき えのきたけ たまねぎ にんじん しょうが	だまこもち さとう でん粉 さとう
4	水	わかめ ごはん	牛乳	ごじる ちくわのもみあげ(2こ) ココア牛乳のもと	とうふ 豆乳 大豆 合わせみそ ちくわ	だいこん ごぼう ねぎ にんじん にんじん	小麦粉 でん粉 米油 ココア牛乳のもと
5	木	くろロール パン	牛乳	しろいんげんのスープ ハンバーグの トマトソースかけ	とり肉 牛乳 生クリーム だっし粉乳 ぶた肉 牛肉 大豆	たまねぎ にんじん マッシュルーム たまねぎ トマト	白いんげん豆 ホワイトルウ バター パン粉 さとう
6	金	ごはん	牛乳	はっぼうさい さつまいもとれんこんの あまずいため りんご	いか うずらたまご ぶた肉	キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ チンゲンサイ れんこん りんご	でん粉 さとう ごま油 さつまいも 米油 さとう でん粉
9	月	ごはん	牛乳	さつまいもじる まぐろのあまからに てまきのり	ぶた肉 豆みそ まぐろ油つけ のり	だいこん にんじん ごぼう ねぎ どうもろこし しょうが	さつまいも さとう 米油
10	火	むぎごはん	牛乳	こうやどうふのたまごとじ おひたし ピーチゼリー	たまご とり肉 高野どうふ かまぼこ しらすぼし	たまねぎ にんじん さやいんげん もやし にんじん ほうれんそう ピーチゼリー	じゃがいも さとう 白ごま さとう サラダ油
11	水	あいちの こめごはん	はっこう 乳	はくさいのクリームに やきウインナー (2ほん)	とり肉 牛乳 生クリーム ポークウインナー	はくさい たまねぎ にんじん マッシュルーム エリンギ	じゃがいも ホワイトルウ バター 米油
12	木	むぎごはん	牛乳	あつあげカレーどん こんさいサラダ パイナップル	生あげ ぶた肉 かまぼこ	たまねぎ にんじん ピーマン ごぼう れんこん きゅうり どうもろこし パイナップル	でん粉 アーモンド ドレッシング さとう
13	金	ごはん	牛乳	にくじゃが こえびとだいずのあげもの	ぶた肉 えび 大豆	たまねぎ こんにゃく にんじん グリーンピース	じゃがいも さとう でん粉 米油
16	月	ごはん	牛乳	さわにわん ひじきいりおやこそぼろ	ぶた肉 かまぼこ たまご とり肉 ひじき	にんじん たけのこ ごぼう こまつな たまねぎ にんじん えだ豆	ながいも でん粉 さとう
17	火	げんまい ごはん	牛乳	ハッシュドポーク ツナサラダ みかん	ぶた肉 まぐろ油つけ	たまねぎ にんじん グリンピース にんにく トマト ブロッコリー きゅうり どうもろこし にんじん みかん	ハヤシルウ さとう さとう オリーブ油
18	水	むぎごはん	牛乳	みそおでん キャベツいりメンチカツ	うずらたまご ちくわ こんぶ 豆みそ 牛肉 ぶた肉	だいこん こんにゃく にんじん キャベツ たまねぎ	さといも さとう 米油 パン粉
秋のあいちをたべる学校給食の日				すきやき	牛肉 焼きどうふ	はくさい こんにゃく ねぎ にんじん エリンギ	角ふ、さとう
19	木	むぎごはん	牛乳	ぶりのてりやき あいちのみかんゼリー	ぶり	愛知のみかんゼリー	
20	金	ツイスト ロールパン	牛乳	じゃがいもスープ キャベツとウインナーの ソテー	とり肉 牛乳 生クリーム ポークウインナー	たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ キャベツ にんじん	じゃがいも バター 米油
24	火	むぎごはん	牛乳	いりどり さばのみそに のりふりかけ	とり肉 ちくわ さば みそ のりふりかけ	こんにゃく にんじん えだ豆 たけのこ しょうが	じゃがいも さとう さとう
25	水	ごはん	牛乳	みぞれじる さげだんごとさつまいもの あまずあん あじつきかんそうどうふ	とり肉 さけ たら あじつきかんそうどうふ	だいこん にんじん ごぼう こんにゃく こまつな なめこ たまねぎ れんこん 大葉 葉ねぎ	でん粉 さつまいも 米油 さとう
26	木	むぎごはん	牛乳	マーボどうふ しそいりはるまき りんご	とうふ ぶた肉 豆みそ とり肉	にんじん たけのこ ねぎ しょうが にんにく たまねぎ キャベツ 大葉 りんご	さとう でん粉 小麦粉 米油
27	金	ソフトめん	牛乳	ミートソース フルーツゼリー ほしこぎかな	ぶた肉 牛肉 大豆 チーズ だっし粉乳 ほしこ魚	たまねぎ にんじん トマト マッシュルーム グリンピース みかんゼリー パイナップル もも	トマトルウ さとう

日	曜	こんだて名		主な材料とその働き			
		園	赤	赤	緑	青	
30	月	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
				きりばしだいこんサラダ	まぐろ油つけ	きゅうり にんじん どうもろこし きりばしだいこん	白ごま さとう サラダ油
				ミックスナッツ			アーモンド カシューナッツ マカダミアナッツ

今月の「主な材料とその働き」で使用している食材のうち、愛知県産の食材を太字で表記しています。

- 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、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 きょうどりょうり
愛知県の郷土料理

18日(水)

みそおでん

おでんの味付けは、地域によってちがいで、
関東は、昆布とかつお節のだしに濃口しょうゆ、関西は、
昆布だしに薄口しょうゆを使った薄味のおでんです。

愛知県では、昔から大豆の生産が盛んで、豆みそを使った
おでんが作られています。煮こめば煮こむほど深い味わいが
出る豆みそを使ったおでんを食べて、元気な体をつくりま
しょう。



あきたけん きょうどりょうり
秋田県の郷土料理

2日(月)

だまこじる

秋田県は、日本海に面し、冬は雪が多く降ります。
また日本有数のおいしい米の産地でもあります。

「だまこ」とは「ごはんをつぶして丸める」という
意味の「だま」に、秋田方言の「こ」がついたものだと
言われています。にわとりや野菜、きのこのうま味が
しっかり浸み込んだ、おいしくて温まる郷土料理
です。



おうぼこんだて
応募献立

6日(金)

さつまいもとれんこんの甘酢炒め

応募者のコメント>
さつまいもとれんこんに甘酢がからんでおいしいです。



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。

かぜの予防をするビタミンCや骨・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。



りょうりちやう あじ
料理長の味を
給食に

25日(水)

みぞれ汁
さけ団子とさつまいもの甘酢あん

おうちでつくってみよう!

今月の給食の中で人気の献立や、栄養士がおすすめする
献立のレシピを紹介します。ぜひ作ってみてくださいね。

あつあ どん
厚揚げカレー丼

◆ 材料 (4人分)

- たまねぎ 中1個 (200g)
- 生揚げ 2個 (200g)
- にんじん 1本 (80g)
- 豚肉 60g
- かまぼこ 40g
- ピーマン 1個 (40g)
- しょうゆ 20g
- みりん 8g
- カレー粉 2g
- 塩 少々
- かたくり粉 6g
- むろけずり 4g



◆ 作り方

- たまねぎは薄切り、にんじんはいちょう切り、ピーマンは細切り、かまぼこは、いちょう切りにする。生揚げは油抜きをして一口大に切る。
- むろけずりでだしを200mlとる。
- 豚肉を炒め、たまねぎ、にんじんも加えて、だしで煮る。
- かまぼこ、生揚げ、ピーマンを入れ、みりん、しょうゆ、カレー粉を入れ、煮込む。
- 水溶きかたくり粉でとろみをつけ、塩で味を整えて、できあがり。



給食費のお知らせ	単価	月	日数	予定金額	納期限(口座振替日)
	245円	10月分	22	5,390円	令和2年11月30日(月)
		11月分	19	4,655円	令和3年1月4日(月)

※ 口座への入金、納期限(口座振替日)の前日までをお願いします。

※ 給食提供日の4日前(土日等、給食を実施しない日を除く。)までに学校に休みの連絡がない場合は、給食費を請求させていただきます。