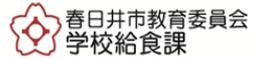




11月 小学校給食こんだて表



今月のこんだて目標 こんげつ 今月のこんだて目標 もくひょう **あき あいち あした 秋の愛知の味を食べよう**

日 曜	こんだて名	主な材料とそのはたらき					
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群
		魚・肉・卵・大豆など	牛乳・小魚・海藻など	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いもなど	油脂・種実など
		タンパク質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質
1月	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	ごじる	とうふ、とうにゅう だいず あわせみそ		にんじん	だいこん ごぼう ねぎ		
	まぐろのあまからに きざみたくあん	まぐろあぶらづけ			キャベツ しょうが だいこん	さとう さとう	
	てまきのり		のり				
2火	ツイストロールパン はっこうにゅう		はっこうにゅう			パン	
	じゃがいもスープ	とりにく	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん パセリ	たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも	バター
	ポイルウィンナー(2ほん) オレンジ	ポークウィンナー			オレンジ		
	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
4木	トッポギスープ	とりにく	わかめ	チンゲンサイ	たまねぎ とうもろこし	トッポギ	
	こうやどうふのマーボ	ぶたにく こうやどうふ		にんじん	たまねぎ ねぎ しょうが にんにく	さとう でんぷん	ごまあぶら
	ヨーグルト		ヨーグルト				
	むぎごはん ぎゅうにゅう	たまご とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん	たまねぎ しいたけ	じゃがいも さとう	
5金	おこのみやきはんぺんの たれかけ	すけとうだら ままかり いか			キャベツ ねぎ	さとう でんぷん	
	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ	
	レンコンのドライカレー	ぶたにく かつおぶし		あかパプリカ	たまねぎ れんこん エリンギ にんにく	カレールー	
	きりぼしだいこんとツナの サラダ	まぐろあぶらづけ		にんじん	きゅうり とうもろこし きりぼしだいこん	さとう	しろごま サラダゆ
8月	りんご				りんご		
	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ	
	みそおでん	うずらたまご ちくわ まめみそ		にんじん	だいこん こんにゃく	さといも さとう	
	いかなゲット(2こ) みかん	いか たちうお			みかん	こむぎこ でんぷん	なたねあぶら こめあぶら
9火	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	ごもくじる	とうふ とりにく あぶらあげ		にんじん こまつな	だいこん しいたけ		
	ぶたにくとポテトの いためもの	ぶたにく		にんじん さやいんげん	こんにゃく	じゃがいも さとう	ごまあぶら
	なっとう	なっとう					
10水	くろロールパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン	
	はくさいのクリームに	とりにく	ぎゅうにゅう なまクリーム だっしふんにゅう	にんじん	はくさい たまねぎ	じゃがいも ホワイトルー	バター
	ハンバーグのきのこソース	ぶたにく		トマト	たまねぎ マッシュルーム エリンギ	さとう	
	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
11木	ちゅうかかいせんうまに	いか えび ちくわ		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ たけのこ くるきくらげ	さとう でんぷん	ごまあぶら
	あげぎょうざ(2こ)	ぶたにく			キャベツ たまねぎ	こむぎこ	こめあぶら
	もやしのナムル				もやし	さとう	しろごま ごまあぶら
	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
12金	なめこいりしろみそしる	とうふ とりにく あぶらあげ こめみそ		にんじん	だいこん ねぎ なめこ		
	ちくわのいそべあげ(2こ)	ちくわ	あおのり			こむぎこ でんぷん	こめあぶら
	ほうれんそうのおかかあえ	はなかつお		ほうれんそう	もやし	さとう	
	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
15月	だまこじる	とりにく		にんじん	ごぼう はくさい ねぎ しらたき えのきたけ	だまこもち	
	ひじきいりぶたそぼろ	ぶたにく たまご	ひじき	にんじん	たまねぎ えだまめ しょうが	さとう	
	あじつけかんそうどうふ	とうふ きなこ				こむぎこ もちごめ さとう	

日 曜	11月 こんだて名	主な材料とそのはたらき					
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群
		魚・肉・卵・大豆など	牛乳・小魚・海藻など	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いもなど	油脂・種実など
	タンパク質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質	
17 水	スライスパン ギョウにゅう		ギョウにゅう			パン	
	だいずとポークのトマトに	だいず ぶたにく		にんじん トマト	たまねぎ セロリ にんにく	じゃがいも さとう	
	ツナサンド	まぐろあぶらづけ			キャベツ きゅうり とうもろこし		たまごなし マヨネーズ
18 木	ごはん ギョウにゅう		ギョウにゅう			こめ	
	とうふとキャベツのスープ	とうふ とりにく		にんじん	キャベツ	でんぶん	ごまあぶら
	チャプチェ	ぶたにく		にんじん きパプリカ たら	にんにく たまねぎ	はるさめ さとう	しろごま ごまあぶら
19 金	むぎごはん ギョウにゅう		ギョウにゅう			こめ おおむぎ	
	すきやき	ギョウにく やきどうふ		にんじん	はくさい こんにやく ねぎ エリンギ	かくふ さとう	
	さばのみそに	さば みそ			みかん	さとう	
	あいちのみかんゼリー					さとう	
22 月	あいちのこめこパン ギョウにゅう		ギョウにゅう			パン	
	かぼちゃのシチュー	とりにく	ギョウにゅう チーズ	かぼちゃ パセリ	たまねぎ ぶなしめじ マッシュルーム	じゃがいも ホワートルウ	バター
	はなやさいサラダ	まぐろあぶらづけ		ブロッコリー にんじん	カリフラワー とうもろこし	さとう	オリーブゆ
24 水	わかめごはん ギョウにゅう		わかめ ギョウにゅう			こめ	
	りょうりちようのこんだて もみじのおすいもの	とうふ かまぼこ		にんじん	だいこん ごぼう ねぎ しいたけ		
	あじナゲット(2こ)	あじ すけとうだら			たまねぎ	こむぎこ	だいずあぶら こめあぶら しろごま
	もやしとキャベツのごまあえ				もやし キャベツ	さとう	
25 木	むぎごはん ギョウにゅう		ギョウにゅう			こめ おおむぎ	
	にくじゃが	ぶたにく		にんじん	たまねぎ こんにやく グリンピース	じゃがいも さとう	
	さんまのみぞれに ミニぶどうゼリー	さんま			だいこん ぶどう	さとう	
26 金	ちゅうかめん ギョウにゅう		ギョウにゅう			ちゅうかめん	
	とんこつラーメン	ぶたにく		にんじん	たまねぎ キャベツ ねぎ もやし しょうが にんにく	でんぶん	
	さつまいもコロッケ					さつまいも パンこ こむぎこ	こめあぶら
29 月	げんまいごはん ギョウにゅう		ギョウにゅう			こめ げんまい	
	えがのおのハヤシチュー	ぶたにく		にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム にんにく	じゃがいも ハヤシルウ さとう	
	コーンサラダ	とりにく		にんじん	とうもろこし キャベツ	さとう	サラダゆ
30 火	むぎごはん ギョウにゅう		ギョウにゅう			こめ おおむぎ	
	ぶたどん	ぶたにく やきどうふ		にんじん	たまねぎ しらたき ねぎ エリンギ	さとう	
	おひたし	かまぼこ	しらすばし	こまつな にんじん	もやし	さとう	サラダゆ
	きらずあげ	おから				こむぎこ さとう	なたねあぶら

がしんせいのあじをたべると

- 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)。

春日井市のホームページで
 アレルギー献立表が見られます。



おうほ 応募こんだて

8日(月) レンコンのドライカレー



応募者のコメント 子どもが大好きなカレー味でレンコンもたくさんもりもり食べられます。

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	21	5,145円	令和3年11月30日(火)
		11月分	20	4,900円	令和4年1月4日(火)

※ 口座への入金、納期限(口座振替日)の前日までにお願いします。
 ※ 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。

中矢歯科
 nataya dental clinic
 ☎ 89-0077 休診 木・日・祝