

平成30年11月

学校給食予定献立表(中学校)

月	火	水	木	金
<p>こんげつ とうべつさん しょうぎ <b>今月の当別産食材</b></p> <p>ごはん (ななつぼし)    じゃがいも    もやし</p> <p>ぶたにく    ベーコン (浅野農場さん)</p> <p><b>11月</b></p>			<p>1 <b>スパゲティホリタン</b> スパゲティ・豚肉・玉葱・人参 青ピーマン・しめじ・バター 粉チーズ・ハヤシルウ(バナナ・りんご)</p> <p><b>牛乳</b></p> <p><b>和え物</b> えだまめ・もやし・人参・ごま油・ごま</p> <p><b>蒸しパン</b> ホットケーキミックス(小麦粉・油・水あめ) 卵・牛乳・ココアパウダー</p> <p>868/32.8</p>	<p>2 <b>ご飯・牛乳</b> <b>五目あんかけ豆腐</b> 豆腐・鶏肉・玉葱・人参・長葱 ほうれん草・干椎茸・米油・でん粉</p> <p><b>かにシューマイ</b> 魚すり身・かに・豚脂・豆腐・玉葱・卵白 かまぼこ・小麦粉・パン粉(卵なし)・でん粉</p> <p><b>パンパンジーサラダ</b> 鶏肉・胡瓜・もやし・中華ドレッシング 焙煎胡麻ドレッシング(卵黄入り)</p> <p>894/38.4</p>
<p>5 <b>ふわふわキーマカレー(麦ご飯)</b> 豚挽肉・豆腐・大豆・玉葱・人参・生姜 にんにく・青ピーマン・カレーウ(りんご・卵) ソテーオニオン・スキムミルク・粉チーズ・米油</p> <p><b>牛乳</b></p> <p><b>三色ソテー</b> ベーコン・コーン・人参・えだまめ・バター</p> <p><b>トマト</b></p> <p>868/32.8</p>	<p>6 <b>しろみきかな 白身魚フライバーガー</b> ソフトフランス・タルタルソース(卵) 白身魚フライ(ほき・小麦粉 パン粉(卵なし)・でん粉・菜種油) ホイルきやべつ(きやべつ・人参)</p> <p><b>牛乳</b></p> <p><b>ホークンチュー</b> 豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・しめじ・トマト缶 フルーツチャツネ(メロン・りんご・レズン) ビーフンチューの素(小麦粉・でん粉) 牛乳・バター・ハヤシルウ(バナナ・りんご)</p> <p>855/29.9</p>	<p>7 <b>ご飯・牛乳</b> <b>かき玉汁</b> 卵・小松菜・人参 長葱・干椎茸</p> <p><b>鮭のごま味噌焼き</b> 鮭・生姜・すりごま・米油</p> <p><b>肉じゃが</b> 豚肉・じゃが芋・玉葱・人参 しらたき・グリーンピース・生姜</p> <p>812/35.1</p>	<p>8 <b>バターコーンラーメン(塩)・牛乳</b> ラーメン・豚肉・メンマ・きやべつ・もやし 玉葱・人参・長葱・つと・コーン・バター</p> <p><b>フライドチキン</b> 鶏肉・にんにく・牛乳 小麦粉・でん粉・菜種油</p> <p><b>ピリッとサラダ</b> ひじき・胡瓜・人参・きやべつ ハム・米油・ラー油</p> <p>797/37.0</p>	<p>9 <b>ご飯・牛乳</b> <b>鶏肉と豆腐のスープ</b> 鶏肉・豆腐・しめじ 人参・長葱・ごま油</p> <p><b>あじフライ</b> あじ・小麦粉・パン粉(卵なし)・菜種油</p> <p><b>ツナのサラダ</b> ほうれん草・きやべつ・玉葱 ツナ・中華ドレッシング</p> <p>757/33.1</p>
<p>12 <b>ご飯・牛乳</b> <b>かぼちゃ団子汁</b> 南瓜もち・白菜・油揚げ ごぼう・人参・長葱</p> <p><b>ほきのムニエル</b> ほき・小麦粉・バター・米油</p> <p><b>梅かつお和え</b> もやし・胡瓜・人参 かつお節・梅</p> <p>722/28.6</p>	<p>13 <b>コッペパン 牛乳</b> <b>マカロニのクリーム煮</b> マカロニ・豚肉・じゃが芋・玉葱 人参・コーン・グリーンピース・牛乳 生クリーム・コンクリーム・バター</p> <p><b>ミート(パン用)</b> 鶏挽肉・豚挽肉・玉葱・人参 豆腐・パン粉(卵なし)・バター <b>りんご(代替～セリー)</b></p> <p>769/33.1</p>	<p>14 <b>ご飯・牛乳</b> <b>鶏肉と野菜のうま煮</b> 鶏肉・じゃが芋・大根 人参・こんにやく・油揚げ</p> <p><b>焼き豆腐の肉味噌かけ</b> 焼き豆腐・豚肉・玉葱 小麦粉・でん粉・菜種油</p> <p><b>白菜のおひたし</b> 白菜・人参・かつお節</p> <p>811/31.2</p>	<p>15 <b>カレーうどん</b> うどん・豚肉・玉葱・人参・長葱 つと・干椎茸・でん粉・カレーウ</p> <p><b>牛乳</b></p> <p><b>たご焼き</b> たご・卵・きやべつ・長葱・紅生姜 小麦粉・でん粉・菜種油</p> <p><b>グリーンサラダ</b> きやべつ・胡瓜・えだまめ すりごま・マヨネーズ</p> <p>639/24.0</p>	<p>16 <b>豚丼(ご飯)・牛乳</b> 豚肉・玉葱・しらたき・干椎茸</p> <p><b>さつま汁</b> 鶏肉・さつまいも・豆腐・大根 人参・長葱・ごぼう</p> <p><b>ごま和え</b> 小松菜・もやし・すりごま</p> <p><b>スティックチーズ(中のみ)</b> 生乳</p> <p>858/38.3</p>
<p>19 <b>ご飯・牛乳</b> <b>味噌おでん</b> うずら卵・揚げホーロー・こんにやく がんも・大根・人参・昆布</p> <p><b>肉シューマイ</b> 豚肉・鶏肉・玉葱・グリーンピース 大豆粉・小麦粉・でん粉</p> <p><b>パンサンスー</b> マロニー・鶏肉・きやべつ・人参・辛子</p> <p>831/32.1</p>	<p>20 <b>ミルクパン・牛乳</b> <b>ハンバーグステーキ</b> かぼちゃペースト・牛乳・ハセリ・生クリーム</p> <p><b>豆腐ナゲット</b> 焼き豆腐・鶏挽肉・卵・玉葱 小麦粉・でん粉・菜種油</p> <p><b>ピーンズサラダ</b> きやべつ・人参・コーン・大豆・青大豆 金時豆・ササンドレッシング(卵黄入り)</p> <p>840/32.5</p>	<p>21 <b>ご飯・牛乳</b> <b>韓国風すきやき</b> 豚肉・焼き豆腐・白菜・玉葱・人参 しらたき・えのきたけ・長葱・生姜 にんにく・りんご・ごま油・とうがらし</p> <p><b>ひじきサラダ</b> ひじき・もやし・胡瓜 人参・チーズ・米油</p> <p><b>りんご(代替～セリー)</b></p> <p>738/28.4</p>	<p>22 <b>焼うどん</b> うどん・豚肉・竹輪・人参・玉葱 しめじ・きやべつ・米油</p> <p><b>牛乳</b></p> <p><b>野菜コロケ</b> じゃが芋・パン粉(卵なし)・人参・玉葱 コーン・グリーンピース・マーガリン・菜種油</p> <p><b>ごぼうサラダ</b> ごぼう・人参・コーン・マヨネーズ・ごま</p> <p>753/21.9</p>	<p>23 <b>勤労感謝の日</b></p>
<p>26 <b>ご飯 牛乳</b> <b>どさんこ汁</b> 大根・白菜・玉葱・人参・コーン・生姜 にんにく・バター・ごま油・とうがらし</p> <p><b>厚揚げのカレー炒め</b> 豚挽肉・生揚げ・玉葱・もやし 青ピーマン・でん粉・米油</p> <p><b>みかん(代替～セリー)</b></p> <p>753/27.9</p>	<p>27 <b>コッペパン・牛乳</b> <b>ABCスープ</b> マカロニ・ベーコン・玉葱・人参 うずら卵・きやべつ・にんにく</p> <p><b>ハンバーグ</b> 鶏肉・豚肉・玉葱・パン粉(卵なし)</p> <p><b>フルーツ白玉ヨーグルト</b> ミックスフルーツ(みかん・パイナップル) 黄桃・白桃・白玉・ヨーグルト</p> <p>838/37.0</p>	<p>28 <b>わかめご飯 牛乳</b> <b>白菜スープ</b> ベーコン・白菜・ほうれん草・人参</p> <p><b>チャブチ</b> 豚肉・春雨・人参・長葱 干椎茸・ごま・ごま油</p> <p><b>柿(代替～セリー)</b></p> <p>703/22.2</p>	<p>29 <b>野菜ラーメン(醤油)・牛乳</b> ラーメン・豚肉・メンマ・つと・もやし・玉葱・人参・長葱</p> <p><b>胡麻付き団子</b> もち米粉・白玉粉・ごま・小豆 寒天・でん粉・菜種油</p> <p><b>おおかサラダ</b> きやべつ・大根・胡瓜・人参 かつお節・ごま・辛子・ごま油</p> <p><b>チーズフィッシュ</b> アーモンド・かたくりいわし・チーズ・ごま</p> <p>753/30.1</p>	<p>30 <b>かき揚げ丼(ご飯)・牛乳</b> かき揚げ(じゃが芋・玉葱・人参・ごぼう・えび) グリーンピース・卵白・小麦粉・でん粉)・菜種油</p> <p><b>きのこ汁</b> 豆腐・舞茸・えのきたけ・大根・長葱</p> <p><b>ひじきと大豆の炒め煮</b> 豚肉・ひじき・大豆・人参・つきこんにやく・油揚げ・米油</p> <p><b>クリームコンフェ</b> 小麦粉・卵・牛乳・でん粉・粉あめ マーガリン・脱脂粉乳・乾燥卵白</p> <p>907/31.1</p>

☆献立のしたの数字は中学生のエネルギー/たんぱく質の量です

☆都合により献立の一部が変更する場合があります

☆お子さんが楽しく食べた給食です 給食費は忘れず必ず納めましょう

◆お知らせ◆

卵・ナッツ類が含まれているものに関しては、  
材料の欄に記載しています。