

令和6年11月

# 学校給食予定献立表(小学校)

牛乳は、毎日つきます 

月	火	水	木	金
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p>こんげつ とうべつさん しょくざい</p> <h2 style="text-align: center;">今月の当別産食材</h2> <div style="display: grid; grid-template-columns: repeat(5, 1fr); gap: 10px;"> <div></div> </div> </div> <div style="width: 45%; border: 1px solid black; padding: 5px;"> <h3 style="text-align: center;">さかなの骨 注意!</h3>  <p style="text-align: center;">魚を食べるときは、はしで確認してから食べましょう!</p> </div> </div>				
4	5	6	7	8
振替休日	<b>バターパン</b> <b>じゃが芋のスープ</b> 豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・しめじ・パセリ <b>タンドリーチキン</b> 鶏肉・ヨーグルト・生姜・にんにく <b>マカロニサラダ</b> マカロニ・玉葱・胡瓜 人参・ツナ・マヨネーズ 590/29.4/22.7/3.9	<b>和風そばろ丼(ご飯)</b> 鶏挽肉・大豆ミート・人参 ひじき・切干大根 干椎茸・生姜・ごま <b>厚揚げの味噌汁</b> 厚揚げ・大根 人参・長葱 <b>りんご(代替～ゼリー)</b>	<b>野菜味噌ラーメン</b> 豚肉・もやし・白菜・玉葱・長葱 人参・茎わかめ・生姜・にんにく <b>ギョーザ</b> 豚肉・鶏肉・きゃべつ にら・生姜 <b>胡瓜の昆布和え</b> 胡瓜・人参 昆布・ごま	<b>ご飯</b> <b>白菜と春雨のスープ</b> 豚肉・春雨・白菜 人参・長葱・しめじ <b>すき焼きコロッケ</b> 玉葱・じゃが芋・セラチン パン粉(卵なし)・菜種油 <b>きゃべつとコーンのサラダ</b> きゃべつ・胡瓜・コーン・人参 和風玉葱ドレッシング 647/18.2/18.6/2.8
11	12	13	14	15
<b>ご飯</b> <b>じゃが芋の味噌汁</b> じゃが芋・玉葱・人参・長葱 <b>鶏肉の照り焼き</b> 鶏肉・でん粉 <b>にらともやしの和え物</b> にら・もやし・人参 ごま油・ごま 579/26.3/10.8/2.4	<b>コッパパン</b> <b>ミネストローネ</b> 豚肉・マカロニ・きゃべつ・玉葱 人参・いんげん・トマト缶 <b>チキンケツ</b> 鶏肉・菜種油 <b>さつま芋のバター煮</b> さつま芋・バター	<b>ご飯</b> <b>春雨入り麻婆豆腐</b> 豆腐・豚挽肉・春雨・玉葱・小松菜 長葱・人参・干椎茸・生姜 にんにく・ごま油・でん粉 <b>おかかサラダ</b> きゃべつ・大根・人参 胡瓜・かつお節 <b>柿(代替～ゼリー)</b>	<b>あんかけうどん</b> うどん・豚肉・干椎茸・白菜・小松菜 人参・ごぼう・長葱・でん粉 <b>蒸しパン</b> ホットケーキミックス・卵 牛乳・はちみつ <b>きゃべつの肉味噌炒め</b> 豚挽肉・きゃべつ・もやし・人参・青ピーマン 生姜・にんにく・ごま油・でん粉 622/25.2/20.5/3.1	<b>ご飯</b> <b>大根の味噌汁</b> 大根・油揚げ 人参・長葱 <b>いわしの生姜煮</b> いわし・生姜 <b>肉じゃが</b> じゃが芋・豚肉・玉葱・人参 いんげん・しらたき 604/24.5/13.6/2.3
18	19	20	21	22
<b>ご飯</b> <b>酸辣湯</b> 鶏肉・卵・玉葱・人参・干椎茸・長葱・でん粉 <b>春巻</b> 鶏肉・きゃべつ・筍・春雨 生姜・にんにく・スキムミルク・菜種油 <b>野菜の麻婆炒め</b> 豚挽肉・きゃべつ・もやし・人参・青ピーマン 生姜・にんにく・ごま油・でん粉 658/21.8/21.0/2.0	<b>黒糖パン</b> <b>白菜のクリーム煮</b> 豚肉・白菜・玉葱・人参・しめじ バター・スキムミルク・牛乳 <b>鶏肉のスパイス焼き</b> 鶏肉 <b>ジャーマンポテト</b> じゃが芋・玉葱・ベーコン・パセリ	<b>ご飯</b> <b>もやしの味噌汁</b> もやし・油揚げ・人参・長葱 <b>豚肉の生姜焼き風</b> 豚肉・玉葱・生姜 <b>かみかみサラダ</b> ごぼう・大根・胡瓜・人参・玉葱 ツナ・コーン・ごま・マヨネーズ 633/27.2/18.2/2.2	<b>スパゲティミートソース</b> スパゲティ・豚挽肉・大豆ミート 玉葱・人参・青ピーマン 生姜・トマト缶 にんにく・小麦粉 <b>野菜炒め</b> きゃべつ・鶏肉 人参・しめじ <b>りんご(代替～ゼリー)</b>	<b>玄米ご飯</b> <b>石狩汁</b> 鮭・豆腐・大根・じゃが芋・玉葱 白菜・人参・長葱・舞茸 <b>手作り和風ハンバーグ</b> 豚挽肉・玉葱・人参・卵・豆乳 パン粉(卵なし)・しめじ・でん粉 <b>大豆とひじきの炒め煮</b> ひじき・豚肉・大豆・人参・干椎茸 737/34.1/24.0/2.6
25	26	27	28	29
<b>ご飯</b> <b>けんちん汁</b> 豆腐・大根・人参・長葱・ごぼう・油揚げ こんにゃく・ごま油・でん粉 <b>鯖のカー焼き</b> 鯖・玉葱 <b>胡瓜の華風漬け</b> 胡瓜・きゃべつ・人参・生姜・ごま油・ごま 630/26.6/19.4/2.8	<b>コッパパン</b> <b>カレーポトフ</b> ミートボール(豚肉・鶏肉・玉葱)・じゃが芋 きゃべつ・玉葱・人参・いんげん <b>ビーフ炒め</b> ビーフ・豚肉・玉葱・人参 青ピーマン・もやし・干椎茸 <b>パインゼリー</b> ゼリー(りんご果汁)・パイン缶	<b>ご飯</b> <b>根菜のごま汁</b> 大根・じゃが芋・人参・ごぼう れんこん・長葱・すりごま <b>マグロカツ</b> まぐろ・生姜 <b>人参しりしり</b> 人参・卵・ツナ	<b>長崎風ちゃんぽん</b> ラーメン・豚肉・えび・いか・玉葱 きゃべつ・もやし・長葱・人参・牛乳 <b>ひじきシューマイ</b> 玉葱・豚肉・きゃべつ・ひじき でん粉・鶏肉・椎茸・生姜 <b>大根サラダ</b> 大根・胡瓜 コーン・ごま 577/26.1/16.7/4.6	<b>ビビンバ(ご飯)</b> 豚挽肉・大豆ミート・もやし ほうれん草・人参・長葱 生姜・にんにく・ごま油・ごま <b>ストウブチゲ</b> 豆腐・豚肉・白菜・キムチ(白菜・玉葱・ごま・大根 人参・昆布・にら・りんご・にんにく)・玉葱・にら 長葱・えのき草・にんにく・生姜・ごま油 <b>みかん(代替～ゼリー)</b> 655/24.4/18.5/2.4

☆献立の下の数字は中学生のエネルギー/たんぱく質/脂質/塩分の量です  
 ☆都合により献立の一部が変更する場合があります  
 ☆次回の給食費口座振替日は、**12月2日(月)**です!

◆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  
 ○この献立表には、加工品と調味料の一部に含まれるアレルギー物質について表示されていません。詳しくは給食センターまでお問い合わせください

給食費を忘れずに!

皆さんからの給食費でお子さんが食べている給食を作っています。忘れず給食費の納入をお願いします!  
 1か月分の給食費 小学校低学年4, 550円 中学年4, 650円 高学年 4, 850円 中学生5, 750円 事前に残高確認を!

裏面は  
『もぐもぐだより』で  
す