

令和6年11月

# 学校給食予定献立表(中学校)

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> ごはん (ななつぼし)</div> <div> もやし</div> <div> じゃがいも (大塚農場さん)</div> <div> 大豆</div> <div> 豆乳 (つじの蔵)</div> <div> 豆腐(22日のみ)</div> <div> ぶたにく (浅野農場さん)</div> <div> 玉ねぎ (22日のみ)</div> <div> にんじん (22日のみ)</div> <div> 大根 (22日のみ)</div> <div> 白菜 (22日のみ)</div> </div> </div> <div style="width: 45%; border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <h2 style="font-size: 2em;">さかなの骨 注意!</h2>  <p>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 757/39.0/27.9/5.1	<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～セリー)</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 744/20.5/19.6/3.3
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 707/33.8/11.9/3.1	<b>コッペパン</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～セリー)</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 746/30.2/24.5/4.6	<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 730/29.2/15.4/2.9
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 845/27.1/27.6/2.7	<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</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 765/32.9/21.3/2.9	<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～セリー)</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 904/41.8/28.8/3.4
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>鯖の咖喱焼き</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 757/31.8/22.8/3.7	<b>コッペパン</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>パインセリー</b> セリー(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 729/32.7/20.9/6.2	<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>ストウパチケ</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～セリー)</b> 783/29.1/21.7/2.9

☆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