学校給食献立予定表

中学校

平成 28年 11月

田川郡川崎町学校給食センター

日付 曜日	献　立　名	牛乳	使われている食品と体内での主な働き					
			主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
1 (火)	ワンローフパン　ココアクリーム ほうれん草オムレツ　かぶのポトフ	☆	卵 豚肉	牛乳	にんじん	かぶ 玉ねぎ しめじ	パン じゃがいも ｺｺｱｸﾘｰﾑ	
2 (水)	ごはん　いわし生姜煮 野菜のおかか和え　じゃが芋の旨煮	☆	いわし 鶏肉 かつお節	牛乳	ブロッコリー にんじん	玉ねぎ こんにゃく カリフラワー ごぼう 椎茸	米 砂糖 じゃがいも	油
4 (金)	麦ごはん　ハヤシライス フルーツカクテル	☆	牛肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ みかん パイン もも ﾏｯｼｭﾙｰﾑ ﾚｰｽﾞﾝ ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ にんにく	米 大麦 ｱｾﾛﾗｼﾞｭﾚ	油
7 (月)	ごはん　春巻　いんげんのごま炒め 肉団子と白菜のスープ	☆	つくね	牛乳	いんげん ほうれん草	白菜 玉ねぎ きくらげ	米 春巻 春雨 砂糖	油 すりごま
8 (火)	食パン　りんごジャム　カレーうどん コールスローサラダ　みかん	☆	牛肉 ハム	牛乳	にんじん ねぎ	みかん キャベツ 玉ねぎ コーン	うどん パン りんごｼﾞｬﾑ 砂糖	ﾏﾖﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 油
9 (水)	ごはん　さばホイル焼　ひじきの炒め煮 豆腐のすまし汁	☆	さば 豆腐 焼竹輪 油揚げ	牛乳 ひじき	小松菜 にんじん	玉ねぎ えのき茸	米 砂糖	油
10 (木)	黒糖食パン　ハンバーグきのこソース クラムチャウダー	☆	ハンバーグ あさり ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん	玉ねぎ コーン しめじ グリンピース マッシュルーム	黒糖パン じゃがいも	
11 (金)	ごはん　千草焼（卵焼き） 茎わかめのきんぴら　魚そうめん汁	☆	千草焼 魚そうめん 天ぷら 牛肉	牛乳 茎わかめ	ほうれん草 にんじん いんげん	みかん果汁 玉ねぎ えのき茸 ごぼう こんにゃく	米 砂糖	
14 (月)	ごはん　さんま甘露煮 じゃがいもの炒め物　ふのみそ汁	☆	さんま 豆腐 みそ 天ぷら	牛乳 わかめ	ねぎ いんげん	玉ねぎ えのき茸 こんにゃく ごぼう	米 砂糖 じゃがいも おわらふ	油
15 (火)	米粉パン　レンコンサラダ　ポークビーンズ	☆	大豆 豚肉 ツナ	牛乳	にんじん	玉ねぎ れんこん にんにく セロリー	米粉パン じゃがいも 砂糖	ﾏﾖﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 油
16 (水)	ごはん　かなぎ佃煮 ほうれん草のおひたし　おでん	☆	厚あげ 竹輪 鶏肉 かつお節	牛乳 かなぎ佃煮 野菜昆布	ほうれん草 にんじん	大根 こんにゃく もやし	米 さといも 砂糖	
17 (木)	キャロットパン　チャンポン　コーンシューマイ	☆	シューマイ 豚肉 えび いか	牛乳	にんじん	キャベツ もやし 玉ねぎ きくらげ	ｷｬﾛｯﾄﾊﾟﾝ ちゃんぽん麺	
18 (金)	ひじきごはん　焼き栗コロッケ　じゃこ団子汁	☆	焼栗コロッケ じゃこ団子 鶏肉	牛乳 ひじき	ほうれん草 にんじん	玉ねぎ えのき茸 グリンピース	米	油
21 (月)	麦ごはん　ミンチカレー　海そうサラダ	☆	豚肉	牛乳 海そうサラダ	にんじん アスパラガス	玉ねぎ コーン グリンピース レーズン にんにく	米 大麦 じゃがいも	
22 (火)	ごはん　豚キムチ炒め　ワンタンスープ　プリン	☆	豚肉 とり肉	牛乳 ｶｽﾀｰﾄﾞﾌﾟﾘﾝ	小松菜 にら	もやし 白菜 もやし キムチ たけのこ しょうが きくらげ	米 砂糖 ｳｪｰﾌﾞﾜﾝﾀﾝ	いりごま ごま油
24 (木)	フィッシュバーガー （パン・白身魚のフライ・キャベツ・タルタルソース） コンソメスープ	☆	白身魚フライ とり肉 ベーコン	牛乳		キャベツ 白菜 玉ねぎ マッシュルーム コーン	ミルクパン じゃがいも	ﾀﾙﾀﾙｿｰｽ 油
25 (金)	ごはん　タレ焼き肉団子 大豆といりこのからめ煮　小松菜のみそ汁	☆	団子 豆腐 みそ 油揚げ ロースト大豆	牛乳 いりこ	小松菜	玉ねぎ えのき茸	米 砂糖	油
28 (月)	ごはん　さわら西京焼 大根のそぼろ煮　りんご	☆	さわら 厚あげ 豚肉	牛乳	にんじん	りんご 大根 グリンピース 生姜	米 でん粉 砂糖	
29 (火)	ピタパン　チリコンカン　パスタ入り野菜スープ 米粉ドッグ（チョコクリームワッフル）	☆	牛肉 いんげん豆 ベーコン	牛乳	パセリ にんじん	キャベツ 玉ねぎ コーン にんにく	ﾋﾟﾀﾊﾟﾝ 砂糖 米粉ﾄﾞｯｸﾞ ﾏｶﾛﾆ ﾊﾟﾝ粉	
30 (水)	ごはん　根菜ハンバーグ 小松菜ともやしのソテー　じゃがいものみそ汁	☆	根菜ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ みそ ハム かつお節	牛乳 わかめ	小松菜 ねぎ	玉ねぎ もやし えのき茸	米 じゃがいも	油

「少しだけ」のはずなのに…

全校分になると…！

もう一口、食べる努力をしてみよう！

　給食で苦手な食べ物が出た時やはじめて食べる料理が出た時、「食べたくないなー」、「残しちゃおうかなー」と思って残してしまった人はいませんか。あなたの残した「ほんの少しの給食」が、全校分集まるとたくさんの量になってしまいます。
　もう一口食べられないか、少しだけでも頑張ってみましょう。

１１月は、川崎町で採れたごぼう・ほうれん草・ねぎ・大根・白菜・キャベツ・小松菜が登場します。
おいしくいただきましょう！