

11月学校給食献立表

【 幼稚園・保育園 用 】

東員町学校給食センター

日	ようび	こ ん だ て	あか 体をつくる素になるもの	き エネルギーの素になるもの	みどり 体の調子を整えるもの	エネルギー k c a l
2	月	ごはん めいとうにゅう けいちゃん こんさいじる	めいとうにゅう とりにく みそ とうふ あぶらあげ	ごはん あぶら さとう かたくりこ	しょうが にんにく たまねぎ キャベツ にんじん だいこん れんこん ごぼう こんにゃく ねぎ	449
4	水	さといもカレー めいとうにゅう まめいっぱいサラダ	ぶたにく めいとうにゅう だいす	ごはん あぶら カレールウ さといも	たまねぎ にんじん えだまめ コーン	462
5	木	ごはん めいとうにゅう にしんのしょうがに かわりこふさいも かきたまじる	めいとうにゅう にしん かつおぶし かまぼこ たまご	ごはん さとう かたくりこ じゃがいも バター ごまあぶら	しょうが ねぎ ほししいたけ たまねぎ にんじん こまつな	453
6	金	パン めいとうにゅう ペンネペスカトーレ かいそうサラダ	めいとうにゅう いか ツナ かいそう	パン ペンネ あぶら さとう ドレッシング	たまねぎ にんじん ピーマン エリンギ トマト キャベツ コーン	442
9	月	ごはん めいとうにゅう いかフライのレモンに キャベツのあえもの さつまいものみそしる	めいとうにゅう いかフライ あぶらあげ みそ ハム	ごはん あぶら さとう さつまいも	レモン キャベツ たまねぎ ごぼう ねぎ だいすこんにゃく	469
10	火	ごはん めいとうにゅう アドボ ブロッコリーサラダ ティノーラ パインアップル	めいとうにゅう とりにく うすらたまご	ごはん じゃがいも さとう かたくりこ ドレッシング	たまねぎ にんにく ブロッコリー コーン にんじん だいこん もやし しょうが にんにく チンゲンサイ パイン	458
11	水	ひじきそぼろどん めいとうにゅう こんさいチップス	とりにく ひじき こうやどうふ めいとうにゅう	ごはん あぶら さとう ごま さつまいも	たまねぎ にんじん こんにゃく さやいんげん れんこん	474
12	木	あかまいごはん めいとうにゅう さばのみそに こうやどうふのあえもの すいとんじる	めいとうにゅう さば みそ こうやどうふ かつおぶし あぶらあげ	ごはん あかまい さとう かたくりこ ごま すいとん	しょうが はくさい だいこん にんじん ごぼう ほししいたけ ねぎ	465
13	金	パン めいとうにゅう ラーメン あげギョーザ こまつなのナムル	めいとうにゅう ぶたにく あげギョーザ	パン やきそばめん あぶら ごまあぶら	キャベツ にんじん たまねぎ エリンギ ねぎ こまつな もやし	463
16	月	ごはん めいとうにゅう あつあげのちゅうかに はるさめサラダ	めいとうにゅう ぶたにく いか あつあげ かつお	ごはん さとう ごまあぶら かたくりこ はるさめ ドレッシング	たまねぎ たけのこ にんじん さやいんげん もやし きゅうり	448
17	火	ごはん めいとうにゅう ぶりのてりやき おかかあえ だいこんとさといものそぼろに	めいとうにゅう ぶり かつおぶし とりにく あつあげ	ごはん さとう かたくりこ ごま さといも	しょうが キャベツ にんじん こまつな しょうが だいこん こんにゃく さやいんげん	477
18	水	ピビンバ めいとうにゅう ワントンスープ	ぶたにく たまご みそ めいとうにゅう もずく あぶらあげ	ごはん あぶら さとう ごまあぶら ごま ワンタン	しょうが にんにく ほうれんそう もやし にんじん たまねぎ ねぎ	466
19	木	ごはん なつとう めいとうにゅう たまごやき ひじきサラダ そうへいじる	なつとう めいとうにゅう たまごやき ひじき ぶたにく みそ	ごはん ドレッシング ごま	れんこん きゅうり コーン にんにく にんじん ごぼう だいこん はくさい ねぎ	508
20	金	パン チョコレートクリーム めいとうにゅう チキンピーズ チーズいりブロッコリーサラダ	めいとうにゅう とりにく だいす チーズ	パン あぶら じゃがいも さとう ※チョコレートクリーム (※だいすやココアパウダーでできたクリームです)	たまねぎ トマト パセリ ブロッコリー にんじん コーン	505
24	火	ごはん めいとうにゅう かれないのピリからに こんぶあえ とうにゅうじる	めいとうにゅう かれい しおこんぶ あぶらあげ みそ とうにゅう	ごはん さとう ごまあぶら かたくりこ ごま じゃがいも	しょうが にんにく はくさい にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ	450
25	水	おやこどん めいとうにゅう かみかみサラダ	とりにく かまぼこ こうやどうふ たまご めいとうにゅう くきわかめ かんてん	ごはん さとう	こんにゃく たまねぎ ほししいたけ ねぎ こまつな もやし コーン	449
26	木	わかめごはん めいとうにゅう さわらのさいきょうやき ごもくまめ のっぺいじる りんごゼリー	わかめ めいとうにゅう さわら みそ だいす ちくわ	ごはん さとう さといも かたくりこ りんごゼリー	こんにゃく にんじん さやいんげん だいこん ごぼう れんこん ねぎ	447
27	金	パン めいとうにゅう てりやきハンバーグ きんぴらごぼう コーンスープ	めいとうにゅう ハンバーグ	パン さとう かたくりこ ごまあぶら ごま こめこ	しょうが ごぼう にんじん たまねぎ コーン ほうれんそう	438
30	月	ごはん めいとうにゅう たちうおフライ ほうれんそうのおひたし じゃがいものしろみそしる	めいとうにゅう たちうおフライ あぶらあげ みそ	ごはん あぶら ごま さとう じゃがいも	ほうれんそう もやし えのきたけ たまねぎ にんじん ねぎ	497
簡易給食		ピラフ ハンバーグ マカロニサラダ ※家庭よりお茶の持参をお願いします。	ハンバーグ だいす	ごはん マカロニ ドレッシング	コーン	351

(都合により、献立を変更することがありますのでご了承ください。味付けに関しましては、年齢に配慮したものとっております。)

マークの説明…



「みえ地物一番給食の日」



「東員町産大豆使用」



「食育の日」