

2024年
(給食回数20回)



11月 こんだてひょう



おいらせ町立学校給食センター
第206号

今月の目標～感謝して食べよう

日	主食	牛乳	おかず	たべものはたらき			ひとくちメモ	
				赤 ちやにくや ほねをつくる	黄 ねつやちから のもとになる	緑 からだのちょうし をととのえる		
1 (金)	バック そうめん		とりしおそうめん しゅうまい(小1ヶ、中2ヶ) ブロッコリーサラダ	(ぎゅうにゅう) とりにく なた しゅうまい ツナ	バックそうめん ごまあぶら	にんじん えのきだけ キャベツ にんにく ながねぎ きゅうり ブロッコリー		
5 (火)	ごはん		つくねスープ わかめのとうにゅうよせ ビビンバ	(ぎゅうにゅう) とりつくね わかめのとうにゅうよせ ぶたにく	ごはん ごまあぶら ごま さとう	にんじん ほくさい しめじ ながねぎ キムチ もやし にんにく しょうが きりほしだいこん いら	目玉焼き→わかめのとうにゅうよせ	
6 (水)	ごはん		さつまじる いわしのみそに ツナとひじきのサラダ	(ショア) ぶたにく いわしのみそに ツナ ひじき	ごはん さつまじも ごまドレッシング	にんじん ごぼう しょうが だいこん しめじ ながねぎ ブロッコリー コーン パプリカ		
7 (木)	すこやか ロールこくとう		モロヘイヤスープ メンチカツ ポテトサラダ	(ぎゅうにゅう) ハム メンチカツ	すこやかロールこくとう あぶら なたくりこ じゃがいも ドレッシング	にんじん えのきだけ キャベツ	モロヘイヤ きゅうり	パンズパン→すこやかロールこくとう モロヘイヤスープ(卵除去) ポテトサラダ(乳・卵成分除去)
8 (金)	むぎごはん		チキンカレー はなやさいサラダ	(ぎゅうにゅう) とりにく	むぎごはん じゃがいも カレー ドレッシング	にんじん たまねぎ ブロッコリー カリフラワー コーン	チキンカレー(乳成分除去)	
11 (月)	ごはん		キャベツのみそしる ショーロンポー (小1・2年1ヶ、3年～2ヶ) ごぼうブルコギ	(ぎゅうにゅう) なまあげ みそ ショーロンポー ぶたにく	ごはん ごまあぶら さとう ごま	にんじん キャベツ ごぼう ほししいたけ こんにゃく パプリカ しょうが		
12 (火)	ごはん		ビーフンスープ デミハンバーグ ながいもそぼろ	(ぎゅうにゅう) ハム デミハンバーグ ぶたひきにく	ごはん ビーフン ごまあぶら ながいも さとう	にんじん ほうれんそう ほししいたけ もやし しょうが グリンピース		
13 (水)	ごはん		ほたてじる クリスピーチキン キャベツとハムのサラダ	(ぎゅうにゅう) ほたて みそ どうぶつ ハム クリスピーチキン	ごはん ドレッシング	にんじん だいこん ながねぎ キャベツ こんにゃく たまねぎ きゅうり コーン		
14 (木)	ごはん		あおもりやさいのコンソメスープ さけフライ きりほしだいこんとツナのサラダ アップルシャーベットの	(ぎゅうにゅう) とりにく さけフライ ツナ	ごはん あぶら ドレッシング	にんじん たまねぎ キャベツ かぶ だけきみ きゅうり きりほしだいこん アップルシャーベット	*アップルシャーベットの学級から	
15 (金)	バック うどん		さんさいうどん とりつくね あげじゃがいも	(ぎゅうにゅう) とりにく あぶらあげ なた あおのり	バックうどん あぶら じゃがいも	にんじん さんさい ながねぎ えのきだけ ほししいたけ		
18 (月)	ごはん		みそワタンスープ チキンナゲット (1・2年 1ヶ、3年～2ヶ) ちゅうかそぼろ	(ぎゅうにゅう) みそ なた ちキンナゲット ハム ぶたひきにく だいすミート	ごはん ワタンスープ ごまあぶら さとう	にんじん ながねぎ ほくさい いら ほししいたけ コーン グリンピース	中華そぼろ(卵除去)	
19 (火)	ごはん		とうふのみそしる いわしうめに にくじゃが	(ぎゅうにゅう) とうふ みそ いわしうめに ぶたにく	ごはん じゃがいも さとう	にんじん えのきだけ ながねぎ たまねぎ こんにゃく グリンピース		
20 (水)	ごはん		へっちょこだんごじる チキンカツ すきこんぶのにつけ なしゼリー	(ぎゅうにゅう) とりにく とうふ チキンカツ さつまあげ こんぶ	ごはん へっちょこだんご あぶら なしゼリー	にんじん ごぼう こんにゃく ほししいたけ ながねぎ	*なしゼリーは学級から	
21 (木)	すこやか ロール		ミネストローネ ポークウインナー きゅうりとツナのサラダ	(ぎゅうにゅう) ベーコン だいす ポークウインナー ツナ	こくとうパン じゃがいも ドレッシング	にんじん にんにく セロリ たまねぎ トマト キャベツ きゅうり パプリカ	こくとうパン→すこやかロール ハムチーズピカタ→ポークウインナー スパゲティサラダ→きゅうりとツナのサラダ	
22 (金)	レトルト ごはん		ポークカレー フルーツポンチ	(ぎゅうにゅう) ぶたにく	レトルトごはん じゃがいも カレー さとう ゼリー	にんじん たまねぎ にんにく しょうが みかん ほくとう セネラル・レクラーク(ようなし)	ポークカレー(乳成分除去) ヨーグルトあえ→フルーツポンチ	
25 (月)	ごはん		とんじる ぎょうざ (1・2年 1ヶ、3年～2ヶ) てっこつサラダ	(ぎゅうにゅう) ぶたにく みそ こうやどうぶつ ぎょうざ だいす ちりめんじゃこ ひじき	ごはん じゃがいも ごまドレッシング	にんじん ごぼう こんにゃく にんにく しめじ キャベツ ながねぎ ブロッコリー	鉄骨サラダ(チーズ除去)	
26 (火)	ごはん		なめこのみそしる さばみそに きんぴらごぼう	(ぎゅうにゅう) とうふ みそ さばみそに ぶたにく	ごはん ごまあぶら さとう ごま	にんじん だいこん なめこ ながねぎ ごぼう れんこん こんにゃく		
27 (水)	だけきみ ごはん		ちゅうかスープ とりのからあげ ながいものガーリックいため れいとうパン	(ぎゅうにゅう) とりにく かたくりこ ながいものからあげ ぶたにく	だけきみごはん かたくりこ あぶら ながいも マーガリン	にんじん ほうれんそう しいたけ にんにく れいとうパン	たまごスープ→中華スープ あおもりプリン→冷凍パン	
28 (木)	ごはん		せんべいじる ハンバーグ もやしのごまサラダ	(ぎゅうにゅう) とりにく ハンバーグ	ごはん おつゆせんべい すりごま ごまドレッシング	にんじん ほくさい ながねぎ ごまつな	ごぼう こんにゃく もやし	
29 (金)	もちむぎ ごはん		ぎゅううどん わかめとツナのサラダ カットりんご	(ぎゅうにゅう) ぎゅうにゅう ツな わかめ	もちむぎごはん ざらめ ドレッシング	にんじん たまねぎ にんにく しょうが こんにゃく グリンピース きゅうり りんご		

●献立及び使用食材は都合により変更することもありますのでご了承ください
●赤字は県産品またはおいらせ町産の食材です*****
●スプーンがついている日ははしとスプーンをもってきましょう*****



毎月「おいらくん給食」を実施しているよ。
一口メモなどで使っているおいらせ産の食材や
県産品を紹介するね。
11月は28日だよ!

*おいらせ町の給食は無料化事業を実施しており、
町民の税金で賄われています。



このQRコードを読み込むと給食センターのサイトにアクセスでき、献立表やアレルギー詳細献立を確認することができます

うらにも「給食だよ!」があります。見てね!