



# 平成28年度11月学校給食献立表



信楽学校給食センター TEL82-0503 FAX82-0784

日	曜	主食	牛乳	献立名	主 な 使 用 材 料		
					血や肉になるもの(赤)	力や熱となるもの(黄)	体の調子を整えるもの(緑)
1	火	黒糖パン		オムレツ コンソメスープ スパゲティナポリタン	牛にゅう たまご ベーコン とり肉	小むぎ粉 でんぷん さとう 油 スパゲティ オリーブ油	たまねぎ にんじん だいこん とうもろこし ピーマン
2	水	ごはん		さばの塩焼き きのこのみそ汁 じゃがいものきんぴら	牛にゅう さけ とうふ みそ	米 ごま油 さとう じゃがいも	にんじん しめじ ねぎ えのきたけ 干しいたけ たまねぎ
4	金	ごはん		ショーロンポー 中華スープ 白菜のナムル	牛にゅう ぶた肉 とり肉	米 はるさめ でんぷん さとう 油 小むぎ粉 ごま油	キャベツ たまねぎ いら たけのこ しいたけ にんじん はくさい ほうれん草 もやし
7	月	むぎごはん		肉だんご さつまいものみそ汁 ひじきと大豆の煮物	牛にゅう とり肉 大豆 みそ ひじき 油あげ	米 むぎ さとう パン粉 油 でんぷん さつまいも	たまねぎ だいこん ねぎ にんじん いんげん豆
8	火	11月8日は・・・ チーズパン いい歯の日		ししゃもフライ こんにゃくとれんこんの洋風煮 小松菜のソテー	牛にゅう チーズ ししゃも ぶた肉	小むぎ粉 パン粉 油 オリーブ油	こんにゃく キャベツ れんこん たまねぎ こまつな にんじん にんにく もやし
9	水	ごはん 味付けのり		ちくわの天ぷら はくさいのすまし汁 きんぴらごぼう	牛にゅう のり ちくわ とうふ 牛肉	米 油 天ぷら粉 さとう	はくさい たまねぎ ねぎ にんじん えのきたけ ごぼう にんじん
10	木	全国味めぐり 皿うどんめん ～長崎県～		とんちゃん焼き 皿うどんの具 カステラ	牛にゅう 豚肉 赤みそ いか なると	皿うどんめん 油 さとう でんぷん	キャベツ にんじん いら たまねぎ はくさい たけのこ もやし
11	金	わかめごはん		あじフライ とうふのすまし汁 キャベツとピーマンのじゃこ炒め	牛にゅう わかめ あじ 大豆(中学校のみ) とうふ じゃこ	米 さとう パン粉 ごま 小むぎ粉 油 ごま油 でんぷん(中学校のみ)	ねぎ えのきたけ たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン
14	月	むぎごはん		豚肉のしょうが炒め 根菜みそ汁 なっとう	牛にゅう ぶた肉 とり肉 みそ なっとう	米 むぎ さとう 油	しょうが キャベツ いら たまねぎ ごぼう だいこん にんじん ねぎ
15	火	カット入り丸パン ソース		豆フライ パンプキンスープ ポイルキャベツ	牛にゅう いんげん豆 豆乳 大豆	小むぎ粉 パン粉 さとう 米粉 でんぷん 油 じゃがいも	かぼちゃ たまねぎ とうもろこし キャベツ にんじん
16	水	ごはん		さばの塩焼き 豚じゃが りんご	牛にゅう さば ぶた肉	米 じゃがいも さとう 油	たまねぎ にんじん しらたき いんげん豆 りんご
17	木	ごはん		ほっけの一夜干し わかめのみそ汁 大豆とこんにゃくの煮つけ	牛にゅう ほっけ とうふ わかめ みそ 大豆	米 油 さとう	たまねぎ キャベツ にんじんこんにゃく
18	金	食育の日 ごはん ふるさと献立		いさざのカレーあげ とりのじゅんじゅん かんぴょうのあえもの	牛にゅう いさざ とり肉	米 米粉 油 ぶ さとう ごま油	たまねぎ にんじん キャベツ はくさい ねぎ かんぴょう 赤こんにゃく とうもろこし
21	月	むぎごはん		ハンバーグ和風ソースがけ のっぺい汁 はくさいのかつおぶしあえ	牛にゅう とり肉 大豆 油揚げ かつおぶし	米 むぎ パン粉 さとう でんぷん さといも	たまねぎ だいこん はくさい にんじん ごぼう ほうれん草 こんにゃく 干しいたけ ねぎ
22	火	中華めん		ぎょうざ チャンポンメンの汁 ごぼうとしいたけのチャプチェ	牛にゅう とり肉 ぶた肉 大豆 牛肉	中華めん ごま油 さとう 小むぎ粉 ごま 油 でんぷん はるさめ	キャベツ いら にんにく しょうが はくさい 干しいたけ にんじん ねぎ ごぼう
24	木	コッペパン いちごジャム		白身魚のフライ マカロニスープ ジャーマンポテト	牛にゅう ホキ 大豆 ベーコン	小むぎ粉 でんぷん 油 マカロニ じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	にんじん たまねぎ キャベツ
25	金	ごはん		さんまの塩焼き ぶのすまし汁 キャベツと豚肉のみそ炒め	牛にゅう さんま かまぼこ ぶた肉 みそ	米 ぶ さとう 油	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ キャベツ
28	月	むぎごはん		チキンナゲット カレー だいこんのサラダ	牛にゅう とり肉 大豆 おから ぶた肉	米 むぎ パン粉 でんぷん さとう じゃがいも 小むぎ粉 米粉 油	たまねぎ にんじん にんにく しょうが だいこん とうもろこし
29	火	鉄ちゃんの日 コッペパン 鉄分をとろう!		レバー入りメンチカツ 豆乳入りコーンチャウダー 海そうサラダ	牛にゅう とり肉 とりレバー ベーコン 豆乳 海そうミックス	小むぎ粉 パン粉 でんぷん さとう 油 米粉	たまねぎ にんじん とうもろこし キャベツ
30	水	ごはん		さわらの塩焼き ぶた汁 はくさいとほうれん草のひたし	牛にゅう さわら ぶた肉 みそ	米 さつまいも さとう	にんじん だいこん ねぎ ごぼう はくさい ほうれん草

★子どもたちが食べている給食は、保護者の皆様から頂いております。  
給食費のみでまかっております。お支払いをして頂かないと  
毎日の給食の食材を買うことができません。

★使用材料などで質問があれば給食センターまでお問い合わせください。  
給食センター：0748-82-0503(FAX 0784)  
★都合により材料の一部を変更することがあります。  
★ソフト麺(中華麺・うどん等)の工場ではそばの製造も行っています。

10月20日までの放射線測定結果は、すべて不検出でした。