

11月分予定献立表

11がつ22にちは、わかやまけんの「ふるさとたんじょうび」です。
わかやまけんがたんじょうし、ことして151さいをむかえます。
16にち、とくさんひんをつかった「ふるさとメニュー」をします。このきかいに、「ふるさとわかやま」をみつめなおしてみませんか。

火	水	木	金	
1	2	3	4	
<p>○※ジョア</p> <p>□ごはん</p> <p>こうやどうふのふくめに</p> <p>○ぶたにく ☆こんにやく ○こうやどうふ □じゃがいも ○ひらてん さとう ☆にんじん しょうゆ ☆いんげん みりん ☆だいこん さけ</p> <p>とりのからあげ りんごソース(2こ)</p> <p>○どりにく しょうゆ ☆りんご さとう さけ かたくりこ す</p> <p>658kcal</p>	<p>○牛乳</p> <p>ぶたにくとごぼうのやながわどん</p> <p>□ごはん ☆ねぎ ○ぶたにく ぶ ○たまご しょうゆ ☆ごぼう さとう ☆こんにやく さけ ☆たまねぎ みりん</p> <p>はくさいのゆかりあえ</p> <p>☆はくさい ゆかり</p> <p>☆みかん</p> <p>703kcal</p>	<p>○牛乳</p> <p>文化の日</p> <p>□ごはん</p> <p>キムチに</p> <p>○ぶたにく ☆にんにく ○とうふ ○みそ ☆にら □ごまあぶら ☆はくさいキムチ ちゅうかだし ☆たまねぎ さけ ☆もやし しょうゆ ☆はくさい さとう ☆こんにやく</p> <p>かふうすのもの</p> <p>□ほるさめ □ごまあぶら ○ハム しょうゆ ○たまご さとう ☆きゅうり しお ☆にんじん す</p> <p>□※むらさきいもチップス(ごぶくろ)</p> <p>681kcal</p>		
<p>月</p> <p>7</p> <p>○牛乳</p> <p>あげパン</p> <p>□パン グラニューとう</p> <p>かぶりトフ</p> <p>○ウインナー ☆はくさい ☆かぶ ☆えのきたけ ☆にんじん □さつまいも ☆たまねぎ コンソメ ☆チンゲンサイ こしょう ☆れんこん</p> <p>○※にくだんご(2こ)</p> <p>かぶ ビタミンCがたっぷり♪</p> <p>759kcal</p>	<p>○牛乳</p> <p>□ごはん</p> <p>※たまごふりかけ</p> <p>とうふとわかめのすましじる</p> <p>○とうふ ☆にんじん ○わかめ ☆えのきたけ ☆ほうれんそう しょうゆ ☆はくさい だしパック ☆だいこん</p> <p>○※きゅうにくロコック</p> <p>762kcal</p>	<p>○牛乳</p> <p>□ごはん</p> <p>※ミルメークココア</p> <p>じゃがもちのみそじる</p> <p>○ベーコン ☆キャベツ ○じゃがもち ☆こまつな ☆たまねぎ ○みそ ☆にんじん だしパック ☆コーン</p> <p>※かつおのうめソース</p> <p>○※かつおフライ しょうゆ ☆うめ みりん ☆くらざとう</p> <p>703kcal</p>	<p>○牛乳</p> <p>□げんりょうパン</p> <p>やきそば</p> <p>○やきそばめん ☆にんじん ○ぶたにく ☆たまねぎ ○ちくわ さけ ☆キャベツ</p> <p>こんにやくとかいそうのサラダ</p> <p>○かいそう ☆こんにやく ☆きゅうり しそドレッシング ☆コーン</p> <p>607kcal</p>	<p>○牛乳</p> <p>□ごはん</p> <p>※むじきり</p> <p>おでん</p> <p>○どりにく ☆こんにやく ○ちくわ さとう ○がんとどき しょうゆ ○うすらたまご みりん ☆だいこん さけ ☆にんじん</p> <p>○※あつやきたまご</p> <p>662kcal</p>
<p>14</p> <p>○牛乳</p> <p>□パン</p> <p>タイビーエン</p> <p>○ぶたにく ☆にんじん ○いか ☆しょうが ○うすらたまご □ほるさめ ☆はくさい ちゅうかだし ☆たまねぎ さけ ☆チンゲンサイ こしょう ☆キャベツ</p> <p>※やきウインナー(ビーンズソース)</p> <p>○※ウインナー ☆たまねぎ ○ぶたにく ☆トマト ○どりにく トマトピューレ ○だいず ケチャップ ○しろはなまめ カレーこ ○しろいんげんまめ</p> <p>651kcal</p>	<p>○牛乳</p> <p>□※ゆかりごはん</p> <p>かやくうどん</p> <p>○うどん ☆みずな ○どりにく ☆しいたけ ○あぶらあげ しょうゆ ☆はくさい みりん ☆にんじん さけ ☆たまねぎ だしパック</p> <p>ちくわのりきゅうあげ</p> <p>○ちくわ ちむぎこ □ごま</p> <p>○※かたぬきチーズ</p> <p>651kcal</p>	<p>○牛乳</p> <p>□ごはん</p> <p>ふるさとメニュー 「さば」「みかん」はけんからいただきます。</p> <p>ぶたじる</p> <p>○ぶたにく ☆こんにやく ○あぶらあげ ☆ねぎ ○とうふ □さつまいも ☆はくさい ○みそ ☆にんじん だしパック ☆ごぼう</p> <p>さばのピリからみぞれかけ</p> <p>○さば みりん ☆だいこん さけ さとう トウバンジャン しょうゆ かたくりこ す ☆みかん</p> <p>724kcal</p>	<p>○牛乳</p> <p>□パン</p> <p>あきあじチュー</p> <p>○どりにく □さつまいも ☆たまねぎ □じゃがいも ☆にんじん ○ぎゅうちゅう ☆くろあわびたけ シチュールウ ☆クレソン コンソメ</p> <p>きりほしだいこんとチキンのサラダ</p> <p>○どりにく □ごま ☆きりほしだいこん しょうゆ ☆きゅうり さとう ☆にんじん す ☆コーン</p> <p>※ラ・フランスのゼリー</p> <p>667kcal</p>	<p>○牛乳</p> <p>□ごはん</p> <p>むじきりそばうどん</p> <p>□ごはん ☆いんげん ○ぶたにく ☆しょうが ○どりにく しょうゆ ○たまご さとう ○むじきり みりん ○こうやどうふ さけ ☆にんじん</p> <p>ごまつなのごまじゃこあえ</p> <p>○ちりめんじゃこ □ごま ☆ごまつな さとう ☆にんじん しょうゆ ☆キャベツ</p> <p>661kcal</p>
<p>21</p> <p>○牛乳</p> <p>□パン</p> <p>※チルドチョコ</p> <p>ほうれんそうのスープ</p> <p>○ベーコン ☆コーン ☆ほうれんそう ☆えのきたけ ☆キャベツ □じゃがいも ☆にんじん コンソメ ☆たまねぎ こしょう</p> <p>※ハンバーグ(かきトマトソース)</p> <p>○※ハンバーグ □オリーブあぶら ☆かき コンソメ ☆トマト しお ☆にんにく さとう</p> <p>730kcal</p>	<p>○牛乳</p> <p>□ごはん</p> <p>そばろにくじゃが</p> <p>○ぶたにく □じゃがいも ○どりにく しょうゆ ☆にんじん さとう ☆たまねぎ さけ ☆いんげん みりん ☆こんにやく</p> <p>○※ほるまき</p> <p>651kcal</p>	<p>○牛乳</p> <p>○※ジョア</p> <p>ちゅうかどん</p> <p>□ごはん ☆チンゲンサイ ○ぶたにく ☆しょうが ○あつあげ □ごまあぶら ○うすらたまご しょうゆ ☆にんじん ちゅうかだし ☆たまねぎ かたくりこ ☆はくさい こしょう</p> <p>だいがくいも(2こ)</p> <p>□さつまいも しょうゆ さとう かたくりこ</p> <p>652kcal</p>	<p>○牛乳</p> <p>□パン</p> <p>ボークシチュー</p> <p>○ぶたにく ☆トマト ○だいず □じゃがいも ☆たまねぎ ハヤシルウ ☆にんじん コンソメ ☆しめじ</p> <p>ブロッコリーのサラダ</p> <p>○ツナ ☆にんじん ☆ブロッコリー ☆コーン ☆キャベツ</p> <p>○※マヨネーズクラス1ぼん</p> <p>671kcal</p>	<p>○牛乳</p> <p>□※わかめごはん</p> <p>ぶたにくのはりはりじる</p> <p>○ぶたにく ☆だいこん ○あぶらあげ ☆ねぎ ○とうふ ○みそ ☆みずな だしパック ☆にんじん</p> <p>さけのきのこなばんづけ</p> <p>○さけ す ☆たまねぎ しょうゆ ☆えのきたけ さとう ☆しめじ かたくりこ</p> <p>657kcal</p>
<p>28</p> <p>○牛乳</p> <p>セルフザンド</p> <p>□しょくパン</p> <p>セルフザンドのぐ(フルーツクリーム)</p> <p>☆みかん ☆もも ☆パン ○ホイップクリーム</p> <p>チリコンカン</p> <p>○ぶたにく トマトピューレ ○ミックスビーンズ ウスターソース ☆たまねぎ チリパウダー ☆にんじん あかワイン ☆しめじ しお ☆トマト こしょう ケチャップ コンソメ カレーこ ハヤシルウ さとう</p> <p>613kcal</p>	<p>○牛乳</p> <p>カレーライス</p> <p>□ごはん ☆にんじん ○どりにく カレールウ □じゃがいも ウスターソース ☆たまねぎ コンソメ</p> <p>れんこんとむじきのサラダ</p> <p>○むじき ☆コーン ☆れんこん □ごま ☆きゅうり しょうゆ ☆キャベツ さとう</p> <p>○※ドレッシングクラス1ぼん</p> <p>696kcal</p>	<p>○牛乳</p> <p>○※ジョア</p> <p>ちゅうかどん</p> <p>□ごはん ☆チンゲンサイ ○ぶたにく ☆しょうが ○あつあげ □ごまあぶら ○うすらたまご しょうゆ ☆にんじん ちゅうかだし ☆たまねぎ かたくりこ ☆はくさい こしょう</p> <p>だいがくいも(2こ)</p> <p>□さつまいも しょうゆ さとう かたくりこ</p> <p>652kcal</p>	<p>○牛乳</p> <p>11月使用予定の 市産・県産野菜と果物</p> <p>キャベツ、白菜、小松菜、かぶ 水菜、きゅうり、大根、ねぎ れんこん、さつまいも、長ねぎ クレソン、黒あわびたけ みかん、柿</p> <p>さがしてみてね</p> <p>671kcal</p>	<p>○牛乳</p> <p>岩出市産野菜が使われている日 にはそうへいちゃんのイラスト をのせています。文字になって いる野菜が岩出市産のものです。</p> <p>さがしてみてね</p> <p>給食では、市産産、県産産のものも多く 使用することで地産地消を進めています。</p> <p>657kcal</p>

□・・き (ねつやちからのもとなる) ○・・あか (ち、にく、ほねをつくる) ☆・・みどり (からだのちょうしをととのえる)

* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。
* 11月分の給食費引き落としは、12月12日(月)になりますので、よろしくお願ひします。
* 未納の方については、和歌山簡易裁判所に支払督促申立を行いますので、ご注意ください。