

11月 学校給食献立表

綾川町立滝宮小学校

日 曜日	献立名		材料名						
	主食	牛乳	おかず	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの			
1 水	むぎごはん	○	にくじゃが おひたし しじみのつくだに	ぶたにく かつお しじみ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ グリーンピース キャベツ	こめ おおむぎ じゃがいも しらたき さとう	あぶら
2 木	ハヤシ ライス	○	くきわかめのサラダ ブルー	ぶたにく	ぎゅうにゅう なまクリーム くきわかめ	にんじん パセリ トマト	にんにく たまねぎ エリンギ きゅうり キャベツ ブルー	こめ おおむぎ さとう	あぶら ごま ごまあぶら
6 月	むぎごはん	○	はまちのてりやき たくあんあえ みそしる	はまち みそ	ぎゅうにゅう わかめ	こまつな にんじん ねぎ	もやし たくあん たまねぎ しめじ	こめ おおむぎ きしよとう でんぶん じゃがいも	ごま
7 火	レーズン パン	○	ぶたにくと だいたいのトマトに フレンチサラダ	ぶたにく だいた	ぎゅうにゅう こなチーズ	にんじん パセリ トマト	にんにく たまねぎ エリンギ コーン キャベツ きゅうり	レーズンパン こむぎこ さとう	あぶら バター
8 水	むぎごはん	○	あじのかばやきふう アーモンドあえ さつまじる	あじ みそ	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん ねぎ	キャベツ ごぼう たまねぎ	こめ おおむぎ でんぶん さとう さつまいも	あぶら アーモンド
9 木	ミルクパン	○	スープパゲティ ブロッコリーサラダ れんこんチップス	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん ブロッコリー	たまねぎ だいこん しめじ きゅうり れんこん	ミルクパン スパゲティ こむぎこ さとう	あぶら バター
10 金	こうがいがくしゅう(1年～5年) しゅうがくりょこう(6年)								
13 月	ごはん	○	ししゃものもみじあげ ごますあえ ぐだくさんみそしる	とうふ みそ	ぎゅうにゅう ししゃも わかめ	にんじん こまつな ねぎ	キャベツ たまねぎ	こめ さとう てんぷらこ こんにやく じゃがいも	あぶら ごま
14 火	ぜんりゅう ふんパン	○	パンプキンシチュー グリーンサラダ りんごジャム	ベーコン とりにく	ぎゅうにゅう だっしふんにゅう	かぼちゃ にんじん パセリ	たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり コーン	ぜんりゅうふんパン こむぎ ジャム さとう	バター あぶら
15 水	カレー ふうみ パエリア	○	コールスローサラダ レタスと うずらたまごのスープ	ぶたにく うずらたまご ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	たまねぎ コーン グリーンピース キャベツ きゅうりレタス	こめ おおむぎ はるさめ	オリーブあぶら バター ドレッシング ごまあぶら
16 木	ミルクパン	○	うちこみうどん はくさいと チンゲンサイのあえもの だいがくいも	とりにく あぶらあげ みそ かつお	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ チンゲンサイ	だいこん ごぼう しめじ はくさい	コッペパン うどん さといも さつまいも みずあめ	あぶら ごま
17 金	ごはん	○	さばのゆずみそかけ おかかあえ きのこいりみそしる	さば みそ かつお あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	しょうが キャベツ もやし だいこん しめじ ゆず なめこ えのきたけ	こめ さとう でんぶん	ごま
20 月	むぎごはん	○	じゃがいものそぼろに こまつなとコーンのあえもの しょうゆまめ みかん	とりにく しょうゆまめ	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん こまつな	たまねぎ キャベツ コーン みかん	こめ おおむぎ じゃがいも さとう	あぶら

日 曜日	献立名		材料名						
	主食	牛乳	おかず	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの			
21 火	みそ ラーメン	○	かぼちゃのかのこあげ かみかみサラダ	ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん ねぎ かぼちゃ	にんにくもやし しょうが コーン キャベツ だいこん きゅうり	ちゅうかめん さとう	あぶら
22 水	むぎごはん	○	マーボー豆腐 ちゅうかサラダ	ぶたにく とうふ みそ ハム	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	にんにくもやし しょうが たまねぎ しいたけ きゅうり	こめ おおむぎ でんぶん さとう	あぶら ごまあぶら
24 金	むぎごはん	○	さわらのみりんやき ブロッコリーのごまあえ すいとんじる	さわら あぶらあげ	ぎゅうにゅう	ブロッコリー にんじん ねぎ	キャベツ コーン はくさい だいこん	こめ おおむぎ さとう すいとん	ごま
27 月	あきの かおり ごはん	○	さばのしおやき こんぶあえ みそしる	とりにく あぶらあげ さば みそ	ぎゅうにゅう こんぶ わかめ	にんじん こまつな ねぎ	しめじ えだまめ しいたけ キャベツ たまねぎ	こめ さつまいも さとう	ごま
28 火	セルフ ドッグ	○	ポトフ バナナチップス	ウインナー とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん	キャベツ たまねぎ セロリー バナナ	コッペパン じゃがいも	
29 水	きのこ カレー ライス	○	かいそうサラダ アーモンドいりこ	ぶたにく	ぎゅうにゅう かいそう にぼし	にんじん	たまねぎ キャベツ グリーンピース エリンギ まいたけ しめじ きゅうり コーン	こめ おおむぎ さとう	あぶら ごま ごまあぶら アーモンド
30 木	こめこパン	○	さけとカシューナッツのレモンに たべてなごまドレッシングあえ ABCマカロニスープ	さけ ベーコン	ぎゅうにゅう	たべてな にんじん	レモン キャベツ セロリー たまねぎ	こめこパン でんぶん さとう じゃがいも マカロニ	カシューナッツ あぶら ごま

材料の都合によって、献立が変更する場合があります。

11月16日(木) うどんふれいあい教室



あやがわちょう けんきゅうかい かた こうし
綾川町のうどん研究会の方を講師におまねきして、
ねんせい う たいけん
6年生がうどん打ちを体験します。

そのうどんは、給食の『打ち込みうどん』に

つか
使われます。おたのしみに♡



WEB 献立アンケート

保護者のみなさまの食に
ついての悩みやレシピを募
集します。今後の献立作成
や食育活動に生かしていき
たいと考えております。下記
のQRコードよりご意見をお
聞かせください。

