

日・曜	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	
献立名	ご飯 牛乳 キムチチゲ ジャージャー麺 キャベツのナムル	ご飯 牛乳 けんちん汁 ハンバーグきのこソースかけ 白菜の柚子和え	青菜ご飯 牛乳 じゃが芋のみそ汁 れんこんの天ぷら 高野豆腐のそぼろ煮	ご飯(半分) 牛乳 カレーうどん きびなごのいそべ揚げ 豆ポテトサラダ	ご飯 牛乳 かきたま汁 こんにやくの含煮 まだか漬け	ご飯 牛乳 大根のみそ汁 阿波尾鶏とれんこんの塩こうじ炒め さつまいもの揚げ物	ご飯 牛乳 もずく汁 いかのカリン揚げ 小松菜の酢の物	ご飯 牛乳 すき焼きの卵とじ はりはり大根 みかん	ご飯 牛乳 にゅうめん 鶏肉のレモンじょうゆかけ 小松菜の炒め物	ご飯 牛乳 厚揚げのみそ汁 コロッケ 和風サラダ	麦ご飯 牛乳 ポークカレー 大豆サラダ 大根の福神漬	ご飯 牛乳 ファンファタン 豚キムチ 春雨の和え物	ご飯 牛乳 すまし汁 あじフライ おからの炒り煮	
材料名および使用量 (g)	精白米 75 牛乳 1本 若鶏もね皮つき 10 木綿豆腐 25 はくさいキムチ 20 だいこん 30 にんじん 10 にら 3 米みそ 6 こいくちしょうゆ 1 削り節 3 フォー 7 豚もも肉 15 たまねぎ 15 にんじん 5 乾しいたけ 0.4 にんにく おろし 0.2 しょうが 0.2 ごま 0.5 テンメンジャン 3 こいくちしょうゆ 1.8 ごま油 0.5 三温糖 0.3 酒 0.2 水 3 キャベツ 35 きゅうり 10 わかめ 0.5 こいくちしょうゆ 2 ごま油 0.2 三温糖 0.1	精白米 75 牛乳 1本 油揚げ 6 だいこん 25 つきこんにやく 12 にんじん 10 ごぼう 15 白ねぎ 5 こいくちしょうゆ 5 酒 0.5 削り節 2 出し昆布 0.5 ハンバーグ 1 ケチャップ 3 ぶどう酒 赤 1 ウスターソース 1 三温糖 0.5 えのきたけ 2 ぶなしめじ 3 でん粉 0.2 はくさい 35 こまつな 5 かまぼこ 3 ゆず果汁 1.5 うすくちしょうゆ 1.5 三温糖 1	精白米 75 青菜ご飯の素 1 牛乳 1本 じゃがいも 20 たまねぎ 20 にんじん 15 りよくとうもやし 10 葉ねぎ 5 わかめ 0.5 米みそ 8 削り節 2 出し昆布 0.5 れんこん 35 米粉 6 塩 0.1 なたね油 3 高野豆腐 4 鶏ミンチ 10 さやいんげん 5 にんじん 3 しょうが 0.5 にんにく おろし 0.2 こいくちしょうゆ 2 三温糖 1.5 酒 0.5 削り節 0.2 出し昆布 0.05 でん粉 0.4	精白米 40 牛乳 1本 うどん 45 豚もも肉 20 たまねぎ 45 にんじん 20 葉ねぎ 6 生しいたけ 5 こいくちしょうゆ 3 本みりん 2 塩 0.2 カレー粉 0.2 カレールウ 6 削り節 3 きびなご 23 青のり 0.1 塩 0.07 でん粉 4 なたね油 5 じゃがいも 25 きゅうり 10 あずき 3 まぐろ水煮 5 ノンエッグマヨ 8 しょうが 0.1 刻み昆布 0.3 きざみするめ 0.3 大豆(いり) 1.2 とうがらし 0.01 うすくちしょうゆ 1.5 こいくちしょうゆ 1.5 三温糖 2 穀物酢 1.5	精白米 75 牛乳 1本 鶏卵 20 かまぼこ 10 たまねぎ 30 にんじん 10 つきこんにやく 10 にんじん 10 葉ねぎ 5 生しいたけ 5 りよくとうもやし 10 油揚げ 5 葉ねぎ 5 わかめ 0.5 米みそ 8 煮干しだし 3 板こんにやく 30 豚もも肉 20 にんじん 10 ごま 0.5 さやいんげん 5 にんにく おろし 0.2 酒 1 本みりん 1 でん粉 0.2 切干しだいこん 4 こまつな 3 しょうが 0.1 刻み昆布 0.3 きざみするめ 0.3 大豆(いり) 1.2 とうがらし 0.01 うすくちしょうゆ 1.5 こいくちしょうゆ 1.5 三温糖 2 穀物酢 1.5	精白米 75 牛乳 1本 豚もも肉 10 もずく 10 木綿豆腐 20 たまねぎ 30 にんじん 10 葉ねぎ 5 うすくちしょうゆ 4.5 塩 0.1 でん粉 0.8 削り節 2 米みそ 8 出し昆布 0.5 焼きふ 3 三温糖 2.5 でん粉 6 なたね油 5 こいくちしょうゆ 2.5 本みりん 2.5 三温糖 1 かまぼこ 10 こまつな 10 だいこん 20 ごま 0.5 うすくちしょうゆ 1.5 みかん 1	精白米 75 牛乳 1本 牛もも肉 20 鶏卵 20 たまねぎ 30 かまぼこ 5 生しいたけ 5 葉ねぎ 5 うすくちしょうゆ 4 削り節 3 出し昆布 0.5 焼きふ 3 三温糖 2.5 でん粉 4 なたね油 6 うすくちしょうゆ 2 切干しだいこん 4 きゅうり 20 しらす干し 2 穀物酢 2.7 うすくちしょうゆ 2.7 三温糖 1.8 みかん 1	精白米 75 牛乳 1本 そうめん 9 たまねぎ 30 にんじん 20 かまぼこ 5 生しいたけ 5 葉ねぎ 5 うすくちしょうゆ 4 削り節 3 煮干しだし 3 コロッケ 1 なたね油 4 キャベツ 15 だいこん 10 きゅうり 10 ささみ 3 にんじん 3 粉かつお 0.5 うすくちしょうゆ 2 豚ミンチ 5 こまつな 12 れんこん 10 にんじん 3 こいくちしょうゆ 2 三温糖 1 酒 0.5 塩 0.01 こしょう 0.01 でん粉 0.2	精白米 75 牛乳 1本 生揚げ 20 たまねぎ 30 はくさい 30 かまぼこ 5 生しいたけ 5 葉ねぎ 5 うすくちしょうゆ 4 削り節 3 煮干しだし 3 コロッケ 1 なたね油 4 キャベツ 15 パブリカ 0.02 塩 0.2 こしょう 0.02 だいす 乾 6 きゅうり 15 スイートコーン 5 まぐろ水煮 5 ノンエッグマヨ 5 こしょう 0.01 塩 0.1 だいこん 20 刻み昆布 0.5 しょうが 0.1 こいくちしょうゆ 2 三温糖 2.5 穀物酢 1 酒 1 塩 0.05	精白米 65 牛乳 10 押麦 1 牛乳 1本 生揚げ 20 たまねぎ 30 じゃがいも 55 にんじん 10 生しいたけ 5 にんにく おろし 1 しょうが 0.5 カレールウ 8 トマトピューレー 2 濃厚ソース 2 カレー粉 0.2 パブリカ 0.02 塩 0.2 こしょう 0.03 でん粉 1.5 削り節 3 塩 0.1 こしょう 0.01 豚もも肉 10 キャベツ 25 はくさいキムチ 25 こいくちしょうゆ 0.2 でん粉 0.2 きゅうり 15 はくさい 3 はるさめ 3 きゅうり 15 にんじん 7 乾しいたけ 0.5 三温糖 0.5 こいくちしょうゆ 2 ごま 0.5 うすくちしょうゆ 3 削り節 2 出し昆布 0.05 ごま油 0.5	精白米 75 牛乳 1本 かまぼこ 10 だいこん 20 たまねぎ 20 にんじん 10 えのきたけ 6 葉ねぎ 5 わかめ 1 うすくちしょうゆ 4.5 塩 0.1 削り節 2 出し昆布 0.5 塩 0.1 こしょう 0.01 こしょう 0.01 小麥粉 7 パン粉 7 なたね油 5 若鶏もも皮なし 10 おから 8 板こんにやく 5 にんじん 3 さやいんげん 5 三温糖 1.5 こいくちしょうゆ 2 酒 0.5 本みりん 0.5 削り節 0.2 出し昆布 0.05			
	4年	552kcal	543kcal	572kcal	570kcal	543kcal	616kcal	570kcal	592kcal	609kcal	603kcal	600kcal	540kcal	594kcal
	中学	675kcal	678kcal	702kcal	698kcal	663kcal	758kcal	699kcal	716kcal	743kcal	764kcal	737kcal	660kcal	733kcal



※材料の都合により、献立を変更することがあります。

幼稚園と小学校、中学校で重量が違う献立は以下の通りです。

5日(水)	ハンバーグ	幼小:40g 中:60g
14日(金)	若鶏もも皮なし	幼小:25g 中:30g
17日(月)	コロッケ	幼小:40g 中:60g
20日(木)	あじフィーレ	幼小:30g 中:40g
28日(金)	食パン	幼小1~3年生:60g 小4~6年生:80g 中学:100g

○:赤色の食品…体をつくるものになるもの

□:黄色の食品…熱や力になるもの

△:緑色の食品…体の調子を整えるもの

食べ物を大切にする日

20日(木)



11月8日 「いい歯の日」

いつもより、よくかむことを意識していただきましょう。給食では、10日にカミカミメニューとして、こんにやく、切干し大根、昆布、大豆がです。

11月11日 阿波尾鶏

徳島県の特産物です。徳島県の夏のイベントである「阿波おどり」に由来しています。うま味成分を多く含み、身が締まり、適度な歯ごたえがあるのが特徴です。阿波尾鶏は学校給食での特産農林水産物の利用拡大を図るため、関西広域連動による提供です。

11月24日は「和食の日」

11月24日は「いい日本食の日」。25日に給食では「まごわ(は)やさしい」食材が登場します。



給食物資内容表の公表について

アレルギーのあるお子様へ、より正確かつ詳細な内容をお知らせするために業者から提出された加工品等の物資内容表を町HPにて公表いたします。

○納入業者から提出されたものをそのまま複写し、公表します。

○精肉、鶏肉、鶏卵、生鮮青果物等は掲載していません。

右の二次元バーコードから検索できます。

その他ご不明な点は、学校給食センターまでお問い合わせください。



☎072-766-0219

日・曜	21日(金)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
献立名	ご飯(半分) 牛乳 スパゲティナポリタン 揚げまぐろの照り焼きソース 海藻サラダ	ごまご飯 ジョア(マスカット) さつまいものみそ汁 鮭の塩こうじ揚げ 五目煮豆	ご飯 牛乳 若布スープ タッカンゾン 大根のナムル	ご飯 牛乳 親子煮 白菜の昆布和え 油みそ	食パン 牛乳 ベーコンとほうれん草のクリーム煮 ししゃものハーブ揚げ(幼小1尾、中2尾) キャベツのマヨサラダ あんこ
材料名および使用量 (g)	精白米 40 牛乳 1本 スパゲティ 25 豚ミンチ 15 たまねぎ 50 にんじん 20 マッシュルーム 10 青ピーマン 8 にんにく おろし 0.1 ケチャップ 13 トマトピューレー 5 ウスターソース 3 デミグラスソース 2 こしょう 0.02 まぐろ(角切り) 40 でん粉 6 なたね油 3 こいくちしょうゆ 2 三温糖 2 本みりん 0.5 水 5 サラダこんにやく 10 海藻ミックス 1 キャベツ 15 ささみ 5 穀物酢 2 うすくちしょうゆ 2 三温糖 1.5	精白米 75 ごま 1.5 すりごま 0.7 塩 1 ジョア(マスカット) 1本 さつまいものみそ 30 たまねぎ 25 にんじん 15 だいこん 15 葉ねぎ 5 米みそ 8 煮干しだし 4 さけ(角切り) 50 塩こうじ 1 でん粉 4 なたね油 4 ゆで大豆 8 若鶏もも皮なし 10 れんこん 10 にんじん 5 板こんにやく 5 さやいんげん 5 乾しいたけ 0.3 角切昆布 0.3 三温糖 3 こいくちしょうゆ 2.5	精白米 75 牛乳 1本 たまねぎ 30 たけのこ 5 はくさい 10 葉ねぎ 5 生しいたけ 5 わかめ 1 うすくちしょうゆ 5 塩 0.2 こしょう 0.02 鶏がらスープ 15 若鶏もも皮なし 50 でん粉 7 なたね油 5 三温糖 1.5 こいくちしょうゆ 3 穀物酢 1.2 コチジャン 1 にら 3 だいこん 30 りよくとうもやし 10 しょうが 0.2 にんにく おろし 0.1 うすくちしょうゆ 2 ごま油 0.2 三温糖 0.1 ごま 1	精白米 75 牛乳 1本 鶏卵 20 かまぼこ 10 たまねぎ 45 じゃがいも 30 にんじん 20 さやいんげん 5 こいくちしょうゆ 4 三温糖 2.5 本みりん 1 削り節 4 はくさい 40 こまつな 5 刻み昆布 0.3 三温糖 0.5 うすくちしょうゆ 1.5 穀物酢 1 なたね油 2 キャベツ 25 きゅうり 15 ノンエッグマヨ 5 塩 0.1 こしょう 0.02 あずき 12 三温糖 4.5 塩 0.01	食パン 1袋 牛乳 1本 ベーコン 10 ほうれん草 10 たまねぎ 30 スイートコーン(ペースト) 15 にんじん 15 じゃがいも 15 マッシュルーム 5 ポタージュベース 4 クリームシチュー 2 塩 0.2 こしょう 0.02 ししゃも 1本 乾燥パジル 0.03 ローズマリー 0.03 米粉 5 なたね油 2 キャベツ 25 きゅうり 15 ノンエッグマヨ 5 塩 0.1 こしょう 0.02 あずき 12 三温糖 4.5 塩 0.01
4年	574kcal	553kcal	573kcal	560kcal	613kcal
中学	704kcal	705kcal	702kcal	686kcal	792kcal

和食の日