

平成 29 年

がっ こう きゅうしょく こんだて ひょう
11 月 学校給食献立表



安城市中部学校給食共同調理場

日 曜	こん 献		だて 立	めい 名	おもに体をつくる食品			おもに体の調子を整える食品			おもにエネルギーのもとになる食品			メ ッ セ ー ジ	エネルギー Kcal
	しゅしょく 主食	ぎゅうにゅう 牛乳			しゅさい 主菜、副菜、その他の順序	からだ 食品	からだ 食品	からだ 食品	からだ 食品	からだ 食品	からだ 食品				
1 水	ごはん	○		したじめしのぐ れんこんいりはんぺん きりぼしだいこんのみそしる ◎パイナップル	ぎゅうにゅう、とうふ あぶらあげ、あかみそ れんこんいりはんぺん とりにく	きりぼしだいこん、にんじん ねぎ、ごぼう、こんにやく たけのこ、しいたけ パイナップル	ごはん、こめあぶら、さとう	「したじめし」は、あんじょうしの きょうどりよ うりです。ひが おおぜい あつまるときの りよ うりとして よくつくられていました。	481						
2 木	ごはん	○		ちゃんこに さつまいもコロッケ キャベツのたくあんあえ	ぎゅうにゅう、とりにくだんご はんぺん	もやし、にんじん、ごぼう、にら こんにやく、キャベツ たくあんづけ	ごはん、さとう さつまいもコロッケ なたねあぶら、ごま	「ちゃんこ」とは すもうでつかわれることばで す。なべにはたくさんのぐが はいります。	529						
6 月	むぎごはん	○		ビビンバ きんしたまご ちゅうかふうスープ	ぎゅうにゅう、なるとまきき ぎゅうにく、きんしたまご	はくさい、にんじん、にら くろきくらげ、メンマ、しいたけ にんにく、もやし、チンゲンサイ	むぎごはん、はるさめ でんぶん、さとう、こめあぶら ごま、ごまあぶら	きょうは きゅうしょくで にんきメニューのビビ ンバです。あんじょうしでつくられた チンゲンサイ がはいっています。	474						
7 火	こめこパン (こむぎいり)	○		あじのフリッター しろはなまめのポターージュ ようふうきんぴら	ぎゅうにゅう、しろはなまめ しろいんげんまめ、とりにく だししふんにゅう あじのフリッター、ベーコン	たまねぎ、にんじん あかパプリカ、たけのこ とうもろこし	こめこパン、じゃがいも ホワイトルウ、なたねあぶら こめあぶら	「しろはなまめ」は いんげんまめのなかまで す。ミネラルや しょくもつせんいが ほうふで す。	542						
8 水	はつが げんまい ごはん	○		チキンカレーライス げんきサラダ ◎いちじくゼリー	ぎゅうにゅう、とりにく、チーズ だししふんにゅう、ハム しおこんぶ、かつおぶし	たまねぎ、にんじん グリーンピース、キャベツ きゅうり、とうもろこし	はつがげんまいごはん、じゃがいも カレールウ、こめあぶら、さとう いちじくゼリー	みんなの これからの せいちょうと けんこうを ねがって「げんきサラダ」をつくります。のこさ ず たべてね。	518						
9 木	ソフトめん	○		マーボーめん チヂミ あおなのナムル	ぎゅうにゅう、おたにく とうふ、あかみそ	たまねぎ、にんじん、たけのこ とうもろこし、ねぎ くろきくらげ、にんにく、しょうが チンゲンサイ、キャベツ	ソフトめん、さとう、でんぶん チヂミ、こめあぶら、ごま、ごま あぶら	「チヂミ」は、かんこくりょうりのひとつです。さ まざまなしょくぎいを といたこむぎこと あわせ て たいらに やいたものです。	556						
10 金	わかめごはん	○		さばのみそに きのこじる アーモンドあえ	ぎゅうにゅう、かまぼこ あぶらあげ、さばのみそに わかめ	えのきたけ、しめじ、にんじん ほうれんそう、しいたけ チンゲンサイ、もやし	ごはん、さとう、アーモンド	さばの しゅんは あきです。あたまのはたらきを よくしたり、けつえきのながれを よくするせい ぶんが ふくまれています。	473						
13 月	ごこごはん	○		ぶたどんのぐ すましじる キャベツのごまゆかり むらさきもチップス	ぎゅうにゅう、とうふ かまぼこ、おたにく	ほうれんそう、にんじん しいたけ、しょうが、たまねぎ こんにやく、さやいんげん キャベツ、ゆかりこ	ごこごはん、こめあぶら さとう、ごま むらさきもチップス	ごこごはんには はくまいのほかにおおむぎ はつがげんまい、くろまい、あかまい、もちきび を いっしょにたいたごはんです。	469						
14 火	こがた ロールパン	○		きのこスパゲティ ツナいりオムレツ ◎えだまめとコーンのサラダ たくじょうごまドレッシング	ぎゅうにゅう、とりにく だししふんにゅう、ツナオムレツ	しめじ、えのきたけ、しいたけ たまねぎ、にんじん グリーンピース、キャベツ えだまめ、とうもろこし	こがたロールパン、スパゲティ こめあぶら、ホワイトルウ ドレッシング	きょうのスパゲティは しめじ、えのきたけ、しい たけをいれて あきのかおりがするように ちょう りしました。	521						
15 水	ごはん	○		あげぎょうぎ(2こ) ぶたにくとやさいのほそぎりいため りんご	ぎゅうにゅう、おたにく ぎょうぎ	はくさい、にんじん、ピーマン たけのこ、くろきくらげ、しょうが にんにく、りんご	ごはん、さとう、ごまあぶら でんぶん、なたねあぶら	「きくらげ」は きのこのなかまです。かたち がひとのみみに にていることから「木耳」とかき ます。	548						
16 木	あいちの だいこんば ごはん	○		さんまのしおやき じゃがいものそぼろに きゅうりとわかめのすのもの	ぎゅうにゅう、とりにく はんぺん、さんまのしおやき わかめ	こんにやく、たまねぎ、にんじん グリーンピース、きゅうり だいこんば	ごはん、じゃがいも、さとう ごま	きょうのごはんは あいちけんさんの だいこん のはをいれて たきこんであります。	520						
17 金	ごはん	○		みそカツ さわにわん ポイルキャベツ たくじょうあまみそ	ぎゅうにゅう、とりにく あぶらあげ、ひとくちカツ あまみそ	にんじん、たけのこ、ごぼう ねぎ、しいたけ、キャベツ	ごはん、でんぶん なたねあぶら	みそかつは あまいあかみそを かつにかけて たべる あいちけん の きょうどりょうりのひとつ です。	510						
20 月	ごはん	○		ハヤシライス さわらのハーブやき あおパイアのサラダ たくじょうコールスロドレッシング	ぎゅうにゅう、おたにく だししふんにゅう さわらのハーブやき	たまねぎ、にんじん グリーンピース、あおパイア きゅうり、とうもろこし	ごはん、じゃがいも ハヤシルウ、ドレッシング	ハーブは、やくそうや こうそうのことをいま す。きょうは「バジル」をつかっています。	563						

日曜	こん 献		だて 立	めい 名	からだ しょうひん おもに体をつくる食品	からだ しょうひん おもに体の調子を整える食品	しょうひん おもにエネルギーのもとになる食品	メッセー ジ	エネルギー Kcal
	しゅしよく 主食	ぎゅうにち 牛乳							
21 火	サンドイッチ ロールパン	○		スティックハンバーグ ファイバースープ やさいのあまずあえ たくじょうつぶつぶケチャップ	ぎゅうにゆう、ベーコン ハンバーグ	たまねぎ、にんじん、はくさい チンゲンサイ、キャベツ	サンドイッチロールパン おおむぎ、こめあぶら、さとう	きょうのハンバーグはぼうのように ほそながい かたちをしています。パンに はさみやすくなっ ています。	518
22 水	ごはん	○		とりにくのてりやき いなかじる あかかぶあえ かくチーズ	ぎゅうにゆう、なまあげ ミックスみそ とりにくのてりやき、かくチーズ	ごぼう、こんにやく、だいこん にんじん、ねぎ、キャベツ あかかぶづけ	ごはん、さといも、さとう	あかかぶは つけものや なまのまま たべるりよ うりに つかうことがおおいです。あかいいろ が あぎやかに はえ、しょっかんがとてもよいで す。	471
24 金	ごはん	○		いわしのかばやき おやこに ほうれんそうのごまあえ	ぎゅうにゆう、とりにく、たまご かまぼこ、いわしのひらき	たまねぎ、にんじん さやえんどう、ほうれんそう もやし	ごはん、じゃがいも、さとう なたねあぶら、でんぶん、ごま	「かばやき」は うなぎがゆうめいですが、こん かいは いわしをつかいました。あまからいたレ を かけました。	555
27 月	ごはん	○		ちゅうかはん きのこしゅうまい あんにとんどうふ	ぎゅうにゆう、おたにく、えび きのこしゅうまい	にんじん、たけのこ、はくさい たまねぎ、チンゲンサイ くろきくらげ、もも、パイナップル	ごはん、さとう、でんぶん あんにとんどうふ	ちゅうかはんは にほんじんが がんがえた りよ うりです。	503
28 火	うどん	○		ごもくうどん きすのてんぶら ひじきとだいずのもの	ぎゅうにゆう、とりにく、かまぼこ あぶらあげ、きすのてんぶら ひじき、だいず	にんじん、キャベツ、こまつな しいたけ、とうもろこし	うどん、さとう、なたねあぶら こめあぶら	「きすのてんぶら」をごもくうどんといっしょに して 「てんぶらうどん」にしてたべましょう。	511
29 水	ごはん	○		かにたま ホイコーロー みかん	ぎゅうにゆう、おたにく あかみそ、かにたま	キャベツ、たまねぎ、にんじん たけのこ、ピーマン、しょうが にんにく、みかん	ごはん、さとう、でんぶん こめあぶら	「ホイコーロー」はちゅうごくで「ゆでおたの しせんふういため」のことをいいます。	497
30 木	わかめ ごはん	○		かれいフライ ちくぜんに みどりキャベツ たくじょうソース	ぎゅうにゆう、とりにく、ちくわ かれいフライ、わかめ	こんにやく、ごぼう、れんこん たけのこ、にんじん さやいんげん、しいたけ キャベツ、きゅうり	ごはん、さといも、さとう なたねあぶら	ちくぜんには とりにくと やさいの いためにの ことです。「いりどり」、「がめに」ともよばれま す。	507

地場産物の よさを知ろう

自分たちが住んでいる地域でとれる食べ物を地場産物といま
す。地場産物は生産している人が近くにいるので「顔が見える」「話
ができる」などのよい点があります。また、どうしてこの地域でつくら
れるようになったのかを考えることにより、地域の自然や歴史を知る
ことにもつながります。

給食では、安城市産のチンゲンサイ、きゅうり、小松菜、キャベツ、
ほうれん草、大根、いちじくジャム等を使用しています。

おしらせ

材料は都合によりかわることがあります。
は、かみかみメニューです。
◎は、新献立です。お楽しみに。
⊗は、業者直送です。容器は園で処理してください。

まいつき 19 には「しよくいくのひ〜おうちでごはんのひ〜」です。

こんげつきのきゅうしよくにとうじょうする「あんじょうし」と「となりのし」でとれるたべもの


だいこん


あかじそ


ほうれんそう


だいず


いちじくゼリー


こまつな


キャベツ


こめ


チンゲンサイ


きゅうり

名前がつきました。あはれです。もつと認知限産品を食べよう。私たちは、いいともあいち運動(地産地消)を応援しています!

こんだては、きほんとして しゅさい、ふくさい、しるもの、デザートものじゅんに かいてあります。ごはんにまぜるものや めんりょうりは、しゅしよくとして さいしょにかいてあります。

不要になったら、リサイクルへ
雑がみとして出してください。

安城市は平成 24 年 6 月より独自に放射線測定装置を購入し、東日本を中心に 17 都県で生産された青果物を対象に検査を行っています。検査結果等につきましては市ホームページでご確認ください。また、主な食材の産地につきましても市のホームページにてご覧いただけます。