



11月こんだてひょう



※木の実類、ピーナッツ、そば、たらこ、いくら、キウイフルーツは給食に出ません。

舟橋村立舟橋小学校

	主食	牛乳	こんだて	使用している食品					
				【赤】血や肉や骨をつくる 1群	2群	【緑】体の調子を整える 3群	4群	【黄】熱や力になる 5群	6群
ふなはしビビンバの日									
4 火	ごはん	○	やきにく きんしたまご ナムル そぼろちゅうかに	ぎゅうにく みそ だいずこ たまご あかみそ ふたひきにく あつあげ	牛乳	こまつな にんじん	にんにく しょうが ねぎ もやし ほししいたけ たけのこ とうがん	ごはん さとう でんぶん	あぶら ごまあぶら ごま
5 水	はつがげんまい いり ごはん	○	ウインナー グリーンサラダ おかわりぞくしゅつ！バターチキンカレー	ウインナー とりにく	牛乳 なまクリーム チーズ	フリルレタス こまつな トマト	きゅうり たまねぎ にんにく しょうが	ごはん はつがげんまい	あぶら ドレッシング バター
4年生こんだての日									
6 木	コーン ライス	○	あつやきたまご きゅうりのこんぶあえ なつやさいポトフ	たまご ウインナー	牛乳 こんぶ	ミディトマト にんじん	とうもろこし ごぼう きゅうり たまねぎ キャベツ	ごはん さとう でんぶん	あぶら
7 金	コッペパン	○	ハムカツ はなやさいサラダ きのこスープ ミルメーク	ハム ぶたにく とりにく	牛乳	ブロッコリー フリルレタス にんじん トマト	カリフラワー にんにく しいたけ しょうが ねぎ えのきたけ エリンギ	コッペパン こめこ パンこ さつまいも さとう でんぶん	あぶら ラード ごま ココア ドレッシング
10 月	ごはん	○	ちくわのいそべあげ わかめサラダ にくどうふ	ちくわ やきどうふ ぶたにく	牛乳 あおのり わかめ	にんじん	えのきたけ キャベツ もやし ねぎ たまねぎ はくさい	ごはん さとう こむぎこ こんにゃく	ごまあぶら あぶら
ラ・フランスの日									
11 火	ごはん	○	とりにくとだいずのあげからめ こりこりあえ じゃがバターみそしる ラ・フランスヨーグルト	だいず とりにく ベーコン みそ	牛乳 ヨーグルト	にんじん	しょうが ラ・フランス きゅうり だいこん たまねぎ とうもろこし	ごはん でんぶん さとう さつまいも じゃがいも	あぶら ごまあぶら バター
新米富富をいただきました									
12 水	ごはん (ふいふい)	○	いわしのうめに やさしいため かすじる みかん	みそ ぶたにく	いわし	ピーマン にんじん	エリンギ キャベツ はくさい ねぎ しょうが	さとう でんぶん	あぶら
ふなはしバエリアの日									
13 木	ふなはし バエリア	○	ミートボール コールスローサラダ イタリアンスープ	とりにく えび ベーコン たまご	牛乳 こなチーズ	ピーマン にんじん バジル	にんにく ねぎ キャベツ きゅうり たまねぎ とうもろこし	ごはん さとう パンこ でんぶん	バター あぶら オリーブあぶら ノイタナグ マヨネーズ
14 金	さつまいも いり むしパン	○	さかなのハーブやき こんにゃくサラダ ソフトめんトマトソースかけ	たら みそ だいずこ ぶたひきにく	牛乳 こなチーズ	パセリ バジル フリルレタス トマト にんじん ブロッコリー	レモン もやし しょうが たまねぎ	ソフトめん こむぎこ さつまいも こんにゃく さとう	ごまあぶら ごま ラード あぶら
15 土	ごはん	○	ぶたキムチ かみかみサラダ だいこんのみそしる	みそ ぶたにく あつあげ	牛乳	こまつな にんじん	はくさいキムチ りんご ねぎ きりほしだいこん きゅうり だいこん とうもろこし もやし	ごはん さとう	オリーブあぶら あぶら ノイタナグ マヨネーズ
17 月	ふりかえきゅうぎょうび								
学校給食ふなはしの日									
18 火	ゆうきまい ごはん	○	あげししゃも きんぴら ぶたじる	ベーコン あつあげ みそ ぶたにく	牛乳 ししゃも	さやいんげん にんじん	ごぼう ねぎ だいこん しょうが	ゆうきまい でんぶん さつまいも さとう こんにゃく	あぶら
19 水	ごはん	○	タンドリーチキン れんこんサラダ にくだんこのブラウンシチュー	とりにく だっしふんにゅう ぶたにく	牛乳 チーズ ヨーグルト	トマト こまつな にんじん	しょうが にんにく れんこん とうもろこし たまねぎ	ごはん さとう じゃがいも	ラード ごまあぶら あぶら
絵本給食の日 ～おでんの おうさま～									
20 木	ごはん	○	さばのぎんがみやき ごまあえ とやまおでん とろろこんぶ	さば みそ がんととき あつあげ	牛乳 こんぶ	こまつな にんじん	もやし キャベツ だいこん	ごはん こめこ さといも さとう こんにゃく	ごま
21 金	コッペパン	○	スパニッシュオムレツ ゆでブロッコリー しろねぎのクリームスープ	たまご ベーコン ウインナー	牛乳 チーズ なまクリーム	ブロッコリー にんじん	たまねぎ しめじ ねぎ	コッペパン さとう じゃがいも でんぶん さといも さつまいも	あぶら
25 火	ごはん	○	さかなのかばやき あいませ すましじる	いわし みそ かまぼこ きぬあつあげ	牛乳	にんじん	だいこん たくあん えのきたけ ねぎ	ごはん でんぶん さとう	あぶら ごま
26 水	ごはん	○	みそかつ コーンあえ いとこに	ぶたにく あかみそ だいずこ あつあげ あずき	牛乳	こまつな にんじん	キャベツ とうもろこし だいこん	ごはん パンこ さとう でんぶん こんにゃく さといも	あぶら
27 木	ごはん	○	いりどうふ いそあえ ぐだくさんみそしる	ちめんどろふ うすあげ ぶたひきにく とりにく みそ	牛乳 のり	えだまめ こまつな にんじん	たけのこ ほししいたけ もやし きゅうり しょうが だいこん しめじ ねぎ	ごはん こんにゃく さとう でんぶん さつまいも	あぶら
28 金	ごはん	○	ほっけのしおこうじやき なめこいりおひたし おやこに	ほっけ あつあげ とりにく たまご	牛乳	ほうれんそう にんじん	なめこ はくさい たまねぎ ほししいたけ	ごはん じゃがいも こんにゃく さとう	

※ 学校の行事等や作物の収穫状況によってこんだてを変更することがありますのでご了承ください。