

平成29年 11月 学校給食献立表

小城市芦刈給食センター

日曜	献立名	赤の食品	緑の食品	黄の食品	調味料	小学校	中学校
		牛乳・卵・魚・肉・海草 大豆・大豆製品	野菜・きのこ・くだもの	穀類・いも類・砂糖・油脂類			
		主に体をつくるものになる	主に体の調子を整えるものになる	主にエネルギーのものになる			
1 水	ハヤシライス 牛乳 カリポリサラダ フルーツヨーグルト	牛乳		精白米 強化米 強化麦 じゃが芋 油 ハヤシルウ 黒砂糖	ケチャップ 塩 ソース こしょう赤ワイン 酢 塩 しょうゆ 唐辛子	○	○
		牛肉 牛乳 鶏がら〜だし	人参 玉葱 グリンピース 大根 人参 きゅうり レモン汁 れんこん	砂糖 油			
		ヨーグルト	パイン もも バナナ みかん				
2 木	ミルクパン 牛乳 とんこつラーメン 焼きぎょうざ わかめともやしの ナムル	牛乳		ミルクパン	白湯酒塩こしょう しょうゆ酒ラー油	○	○
		豚肉 鶏がら〜だし 焼きぎょうざ	もやし 葱 きくらげ りんご にんにく 玉葱 生姜	ラーメン麺 ラー油 ごま油			
		わかめ	もやし きゅうり 人参	砂糖 ごま油			
6 月	きのこ御飯 牛乳 おかか和え さつま汁	牛乳		精白米 強化米 油 砂糖	しょうゆ みりん 酒 塩 しょうゆ みりん	○	○
		鶏肉 油揚げ かつお節	しめじ 椎茸 エリンギ 人参 ほうれん草 もやし				
		鶏肉 生揚げ 合わせみそ	人参 ごぼう 大根 葱 こんにゃく 生姜	さつま芋			
7 火	パインパン 牛乳 かき揚げうどん アーモンド和え ムース	牛乳		パインパン	しょうゆ みりん 酒 塩 しょうゆ みりん	○	○
		かき揚げ けずり節・煮干〜だし	人参 玉葱 葱 ほうれん草 キャベツ きゅうり 人参	うどん麺 油 アーモンド粉 砂糖 ムース			
8 水	御飯 牛乳 魚のコーン焼き もやしチャンプル じゃが芋のみそ汁	牛乳		精白米 強化米 マヨネーズ	塩 こしょう 酒 塩 こしょう 酒しよ うゆ	○	○
		赤魚	クリームコーン パセリ				
		ベーコン 豆腐 卵 油揚げ 煮干〜だし 合わせみそ	もやし ピーマン 人参 玉葱 葱	じゃが芋			
9 木	ココア揚げパン 牛乳 ポトフ ツナサラダ 果物	牛乳		コッペパン 砂糖 油	ミルクココア 塩 こしょう 赤ワインしょうゆ	○	○
		鶏肉 うずら卵 鶏がら〜だし	人参 玉葱 白菜 大根 にんにく さやいんげん	油			
		まぐろ油漬け	キャベツ きゅうり 人参 みかん	ごま 砂糖 ごま油			
10 金	中華丼 牛乳 手作りしゅうまい 海草サラダ	牛乳		精白米 強化米 強化麦	こしょう しょうゆ 酒 塩 みりん 酢 カキ油 酒 塩 こしょう	○	○
		豚肉 うずら卵 鶏がら〜だし	人参 玉葱 もやし 葱 白菜 きくらげ 生姜	でん粉 ごま油 砂糖 油 しゅうまいの皮 でん粉 砂糖			
		豚ミンチ 海草ミックス	玉葱 きゅうり キャベツホールコーン	ごま油 砂糖			
13 月	雑穀入りひじき御飯 牛乳 高野豆腐のごま和え 生揚げのみそ汁 果物	牛乳		雑穀ミックス 砂糖 油	しょうゆ みりん 酒 塩 しょうゆ みりん	○	○
		大豆 ひじき 鶏肉	みかん ごぼう 人参 むき枝豆				
		高野豆腐 生揚げ 煮干〜だし 合わせみそ	人参 きゅうり もやし 人参 玉葱 葱	砂糖 ごま ふ			
14 火	ミルクパン 牛乳 磯とじうどん 竹輪の紅生姜揚げ 即席漬	牛乳		ミルクパン	しょうゆ みりん 酒 塩 しょうゆ	○	○
		鶏肉 しらす干し わかめ 卵 煮干・けずり節〜だし 竹輪	人参 玉葱 葱 紅生姜	うどん麺 油 砂糖 小麦粉 でん粉 油			
		塩昆布	キャベツ きゅうり 人参	ごま			
15 水	御飯 牛乳 焼き魚 おからサラダ わかめのみそ汁	牛乳		精白米 強化米	塩 塩 こしょう	○	○
		鯖 おから 卵	きゅうり 玉葱 むき枝豆	砂糖 マヨネーズ			
		わかめ 油揚げ 煮干〜だし 合わせみそ	人参 玉葱 葱	ふ			
16 木	ミルクパン 牛乳 白菜鍋 ポテトの ミートソース焼き 人参と豆のサラダ	牛乳		ミルクパン	しょうゆ 酒 塩 ケチャップ塩こしょう トマトピューレソース	○	○
		豚肉 豆腐 鶏がら〜だし	白菜 人参 玉葱 葱 きくらげ	じゃが芋 油			
		牛ミンチ シュレッドチーズ	人参 玉葱 人参 むき枝豆 ミックスビーンズ	ごま マヨネーズ			
17 金	小城市ふるさと食の日 御飯・味つけのり牛乳 鮭の葱みそ焼き れんこんのごま和え 小城里芋入りきのこ汁 果物	牛乳 味つけのり		精白米 強化米	みりん 酒 しょうゆ しょうゆ 酒 塩 みりん	○	○
		鮭 麦味噌	葱	砂糖			
		鶏肉 けずり節・昆布〜だし 果物	れんこん ごぼう ほうれん草 玉葱 葱 えのき茸 しめじ 干椎茸 みかん	ごま 砂糖 里芋 ぶ			

平成29年 11月 学校給食献立表

小城市芦刈給食センター

日曜	献立名	赤の食品	緑の食品	黄の食品	調味料	小学校	中学校
		牛乳・卵・魚・肉・海草 大豆・大豆製品	野菜・きのこ・くだもの	穀類・いも類・砂糖・油脂類			
		主に体をつくるものになる	主に体の調子を整えるものになる	主にエネルギーのものになる			
20月	ハッピーキャロットの日 麦御飯 牛乳 変わりマーボー豆腐 春巻き 五色野菜のごま酢和え	牛乳 豆腐 高野豆腐 豚ミンチ 赤みそ 春巻き	人参 玉葱 葱 にんにく 生姜 干椎茸 たけのこ ごぼう きくらげ 人参 ほうれん草 もやし	精白米 強化米 強化麦 ごま油 油 でん粉 砂糖 油 砂糖 ごま油 ごま	しょうゆ みりん 酒 豆板醤 酢 しょうゆ みりん	○	○
21火	ピザトースト 牛乳 コーンクリームスープ 人参とキャベツのサラダ	牛乳 ベーコン チーズ 鶏肉 牛乳 鶏がら～だし	玉葱 ピーマン 人参 玉葱 クリームコーン ホールコーン グリンピース 人参 きゅうり キャベツ	食パン じゃが芋 ホワイトソース 油 マヨネーズ	ケチャップ 塩 こしょうトマトソース 塩 こしょう 酢 白ワイン 塩 こしょう	○	○
22水	日本の味めぐり山梨県 御飯 牛乳 かぼちゃのほうとう ししやもフライ ゆずみそ和え	牛乳 合わせみそ 油揚げ 煮干～だし ししやもフライ 合わせみそ 白いんげん	人参 大根 ごぼう 白菜 かぼちゃ しめじ 葱 きゅうり 人参 キャベツ ゆず	精白米 強化米 小麦粉 白玉粉 油 砂糖 ごま	塩 しょうゆ 酒 みりん 酢	○	○
24金	和食の日 御飯 牛乳 れんこんとおからのつくね ちりめんサラダ 鶏ごぼう汁	牛乳 鶏ミンチ おから 卵 しらす干し 鶏肉 煮干～だし	玉葱 れんこん 人参 かぶ きゅうり キャベツ 人参 ホールコーン 人参 ごぼう 葱 玉葱	精白米 強化米 パン粉 でん粉 砂糖 ごま 砂糖 油 油	塩こしょうみりん し ょうゆ しょうゆ 酢 塩 しょうゆ 酒	○	○
27月	チキンカレー 牛乳 ひじきの和え物 手作りみかんゼリー	牛乳 鶏肉 鶏がら～だし 牛乳 ひじき 卵	にんにく 人参 玉葱 グリンピース きゅうり 人参 みかん果汁	精白米 強化米 強化麦 じゃが芋 油 カレールウ 砂糖 砂糖 油 クールゼリーの素	塩 こしょうカレー粉 ワイントマトピューレ しょうゆ ソース しょうゆ 酢	○	○
28火	チーズパン 牛乳 白菜と肉団子のスープ 人参とコーンのサラダ かぼちゃのチーズ焼き	牛乳 ミートボール 鶏がら～だし まぐろ油漬 チーズ	人参 玉葱 葱 白菜 きくらげ 人参 ホールコーン パセリ かぼちゃ 玉葱	チーズパン ドレッシング 油 マヨネーズ	しょうゆ 酒 塩 塩 こしょう 塩 こしょう カレー粉	○	○
29水	御飯 牛乳 ハンバーグ (アップルソース付き) コーンポテト みぞれ汁	牛乳 ハンバーグ 豆腐 煮干～だし	りんごピューレ ホールコーン 人参 大根 白菜 葱	精白米 強化米 砂糖 バター でん粉 じゃが芋 バター	赤ワイン ウスターソース 塩 こしょう しょうゆ 塩	○	○
30木	ミルクパン 牛乳 親子うどん ごま和え れんこんチップ	牛乳 鶏肉 卵 かまぼこ 煮干・けずり節～だし	人参 玉葱 ごぼう 葱 きゅうり キャベツ もやし 人参 れんこん	ミルクパン うどん麺 油 ごま 油	しょうゆ 酒 塩 みりん しょうゆ みりん 塩	○	○

お知らせ

小城市ふるさと食の日 17日(金)
 食育の日(ハッピーキャロットの日) 20日(月)
 日本の味めぐり 山梨県 22日(水)
 和食の日 24日(金)



11月は食育月間。学校での食育・給食の取り組み

※小城市の学校給食においては、毎年11月と1月に「小城市ふるさと食の日」を実施しています。
 11月17日(金)に実施します。唐津の『あるところ』という店の調理長さんから教えていただいた料理が登場します。小城市の食材をたくさん使っています。お楽しみに!!

※11月24日は「いい日本の食」の語呂合わせで「和食の日」です。
 当日は、和食の料理が給食に登場します。

★食育関連の掲示★ 小城市内の小・中学校の食育の取組が紹介されます。
 11月14日(火)13時～24日(金)16時まで 小城市役所西館1階ロビー