

令和2年度 11月分学校給食献立予定表

金山町学校給食共同調理場

きいろ：熱や力のもとになる      あか：体をつくるもとになる      みどり：体の調子をととのえる


	2 月	3 火	4 水	5 木	6 金
こんだてめい	2 ごはん さんまの紅葉煮 みそきんぴら いもち汁 牛乳 小686 中824キロカロリー	3 文化の日 	4 キャロットパン 鶏肉のバーベキューソース チーズサラダ コーンスープ 牛乳 小719 中941キロカロリー	5 大豆入りドライカレーライス 大根サラダ 柿 牛乳 小653 中779キロカロリー	6 いい歯の日献立 ごはん かみかみふりかけ 庄内産イカリングフライ ごぼうと小松菜のごま和え 豆腐のみそ汁 牛乳 小621 中779キロカロリー 
きいろ	★ごはん あぶら さとう ごま いもち		キャロットパン オレンジジュース あぶら パター	★ごはん あぶら さとう	★ごはん パンこ ごま さとう
あか	さんま さつまあげ みそ とりにく あぶらあげ きゅうにゅう		とりにく ハム チーズ なまクリーム きゅうにゅう	ぶたにく だいす ツナ きゅうにゅう	しょうないさんスルメイカ ちくわ ★とうふ みそ きゅうにゅう
みどり	ごぼう にんじん こんにやく ★ピーマン だいこん ごぼう ほししいたけ ★ねぎ		しょうが にんにく ★キャベツ にんじん きゅうり コーン パセリ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん グリンピース レーズン コーン だいこん プロックリー かき	もやし ごぼう こまつな にんじん ★ねぎ しめじ
こんだてめい	9 明安・有屋なし 肉丼ぶり 塩昆布和え きのこのみそ汁 りんご 牛乳 小622 中741キロカロリー	10 ごはん ホッケの塩焼き もやし炒め 豚汁 牛乳 小638 中768キロカロリー	11 バターパン ミートボール ツナサラダ 豆のピクニック 牛乳 小637 中855キロカロリー	12 ごはん タラと高野豆腐の揚げ煮 いそ和え 大根のみそ汁 牛乳 小643 中771キロカロリー	13 ごはん 韓国のり ニラまんじゅう キムチ味のおから炒り スーミータン 牛乳 小632 中806キロカロリー
きいろ	★ごはん さとう ごま	★ごはん あぶら	バターパン パンこ あぶら さとう	★ごはん あぶら さとう かたくりこ	★ごはん ニらまんじゅうのかわ あぶら さとう
あか	ぶたにく こんにゃく あぶらあげ ぶ みそ きゅうにゅう	ホッケ パーコン ぶたにく ★あつあげ みそ きゅうにゅう	とりにく ツナ だいす ぶたにく きゅうにゅう	タラ こうやどうふ のり ★あつあげ みそ きゅうにゅう	ぶたにく ★おから ちくわ たまご とりにく のり きゅうにゅう
みどり	こんにやく たまねぎ ごぼう ★ねぎ ★むきまめ ★キャベツ きゅうり にんじん えのきたけ しめじ りんご	もやし にんじん こまつな ごぼう だいこん こんにやく ★ねぎ	ごぼう ★キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ マッシュルーム ピーマン にんにく トマト	★むきまめ ほうれんそう にんじん もやし だいこん ★ねぎ	ニら ごぼう にんじん だいこん ★ねぎ ほうさいキムチ コーン チンゲンサイ
こんだてめい	16 金中なし 金小6年お弁当給食 ごはん ふりかけ 春巻き パンパンジー 春雨スープ 牛乳 小644キロカロリー	17 ごはん 揚げ豆腐にんじんみそかけ 米粉炒め 根菜汁 牛乳 小678 中798キロカロリー	18 米粉パン シーザーサラダ 山形牛のビーフシチュー ラフランス 牛乳 小754 中985キロカロリー	19 秋のふるさと給食 ごはん 米の娘ぶたとかぼちゃの揚げ煮 むき豆のごま醤油和え 金山豆腐のカレースープ 牛乳 小711 中864キロカロリー	20 ツナ丼 さつま芋とひじきの炒り煮 白菜のみそ汁 マスカットゼリー 牛乳 小716 中859キロカロリー
きいろ	★ごはん はるまきのかわ あぶら さとう ごま こまあぶら はるさめ	★ごはん あぶら さとう こめこめん	こめこパン マヨネーズ さとう ごま ★じゃがいも ハヤシロウ	★ごはん あぶら かたくりこ さとう ごま	★ごはん あぶら こま さとう さつま芋 マスカットゼリー
あか	ぶたにく とりささみ わかめ みそ きゅうにゅう	とうふ とりにく みそ ぶたにく きゅうにゅう	ハム こなチーズ なまクリーム やまがたきゅう きゅうにゅう	★こめのこぶた みそ とりにく ★とうふ みそ きゅうにゅう	ツナ ひじき さつまあげ あぶらあげ みそ きゅうにゅう
みどり	たまねぎ にんじん キャベツ もやし きゅうり ほししいたけ ★ねぎ しょうが	にんじん たまねぎ ★キャベツ ピーマン だいこん こんにやく ★ねぎ ごぼう	プロックリー ★キャベツ きゅうり にんじん レモンかじゅう にんにく たまねぎ マッシュルーム グリンピース ★ら・フランス	★かぼちゃ ★むきまめ ★キャベツ プロックリー たまねぎ コーン にんじん チンゲンサイ	しょうが こんにやく ★むきまめ たまねぎ にんじん ほうさい しめじ
こんだてめい	23 勤労感謝の日 かつお節と昆布でだしをとったすまし汁です。 和食に欠かせないだしの風味を楽しみましょう♪	24 いい日本食の日 つや姫ごはん 鮭の田楽みそ じゃがいものきんぴら なめこのすまし汁 牛乳 小629 中749キロカロリー	25 有屋リクエストメニュー しょうゆラーメン ゆで玉子 海藻サラダ プリン 牛乳 小617 中744キロカロリー	26 ごはん あじ磯辺フライ 肉野菜炒め 納豆汁 牛乳 小679 中823キロカロリー	27 やまがた地鶏と秋野菜のカレーライス プロックリーのごまサラダ みかん 牛乳 小736 中886キロカロリー 
きいろ		ごはん さとう ★じゃがいも あぶら こま	ちゅうかめん ごまあぶら プリン	★ごはん パンこ あぶら	★ごはん あぶら さつま芋 カレールウ ごま
あか		さけ パーコン ★とうふ なると みそ きゅうにゅう	ぶたにく たまご かいそう ハム きゅうにゅう	あじ ぶたにく あぶらあげ ★とうふ つぶしなっとう みそ きゅうにゅう	やまがたじどり スキムミルク ちくわ きゅうにゅう
みどり		にんじん ピーマン こんにやく なめこ ★ねぎ	★ねぎ メンマ ほうれんそう コーン プロックリー もやし にんじん	しょうが たまねぎ にんじん ★キャベツ チンゲンサイ ★わらび なめこ こんにやく ★ねぎ	にんにく たまねぎ にんじん かぼちゃ しめじ トマト ★キャベツ プロックリー みかん
こんだてめい	30 金小なし ごはん レバーのごまみそ 和風サラダ じゃがいものみそ汁 牛乳 小678 中825キロカロリー	<p style="text-align: center;"><b>11月の金山産紹介</b></p> <p>○お米（はえぬぎ） ○ピーマン・じゃがいも・キャベツ・ねぎ（夢市グループ） ○むきまめ（天口鯉屋） ○豆腐・厚揚げ（ならだいのトーフ屋） ○かぼちゃ（田屋の西田哲さん） ○米の娘ぶた（大商金山牧場） ○ら・フランス（荒屋の阿部豊春さん）</p> <p style="text-align: center;"><b>金山町のふるさとの味をあげましょう！</b></p>			
きいろ	★ごはん あぶら さとう かたくりこ ごま ★じゃがいも				
あか	ぶたレバー ぶたにく わかめ ごま かつおぶし あぶらあげ きゅうにゅう				
みどり	しょうが ★キャベツ にんじん こまつな わさび ★ねぎ				

〈今月の山形県産無償提供食材〉

**6日：スルメイカ(イカリングフライ)**

**18日：山形牛(ビーフシチュー)**

**27日：やまがた地鶏(カレーライス)**

感謝していただきます♪ 

- 都合により、献立が変更になる場合があります。
- 小：小学校 中：中学校のカロリーになります。
- ★は金山産の食材を使用する予定です。