

たのしいきゅうしょく11月



令和2年11月の献立

美幌町学校給食センター

月	火	水	木	金
2 ちゅうかどん 中華丼 ごもく 五目スープ わかどり すみびや 若鶏の炭火焼き	3 ぶんか ひ 文化の白 	4 ごはん なめこの味噌汁 さばの味噌煮 だいこん 大根のそぼろ煮	5 ごはん はくさい みそしる 白菜の味噌汁 チキンみそカツ ぶたひき肉とこんにゃく の煮物	6 いちご 苺ジャム ソフトフランスパン とり 鶏しんじょうスープ ベーコンエッグ(2個) /パックケチャップ サウザンサラダ
9 ごはん  ホタテ入りカレースープに煮 わかどり 若鶏のピカタ いろど やさい 彩の野菜のソテー	10 にく 肉うどん いんげんの マヨネーズあえ かにく い 果肉入りみかんゼリー	11 ごはん たらし ろみ だんご じる たら身の団子汁 さんまの けず ぶしに さんまの削り節煮 とりにく やさい 鶏肉と野菜の オイスターソース炒め	12 カツカレー /ヒレカツ (小1・中2) コールスローサラダ	13 せむ 背割りコッペパン かぼちゃのシチュー ウインナー パックケチャップ こうみ しお 香味塩サラダ
16 ワカメごはん わふう しらたまじる 和風白玉汁 あつや たまご 厚焼き玉子 にくどうふ 肉豆腐	17 しょうゆ 醤油ラーメン ショーロンポー(2個) /ぎょうざ 餃子のタレ さけ Ⓢ 鮭わかめおにぎり	18 みそ 味噌そぼろ丼 ごぼうのスープ もやしの ゆず ポン酢あえ	19 ごはん キャベツのスープ メンチカツ/パックソース さんしよく 三色ゼリーの ヨーグルトあえ	20 かぼちゃパン ごこく い 五穀入りトマトスープ からあ 唐揚げ(2個) ジャーマンポテト
23 きんろうかんしゃ ひ 勤労感謝の日 	24 とりにく 鶏肉のトマト クリームスパゲティ カラフルサラダ はらじゆく 原宿ドック(チーズ入り)	25 ごはん ほうれん草の味噌汁 あまず 甘酢だれチキン(2個) だいず 大豆とごぼうの煮物	26 ごはん キャベツの味噌汁 こくさん 国産まぐろフライ/パック醤油 やさい 野菜のケチャップ炒め	27 バーガーパン ようふう 洋風スープ ハンバーグの デミグラスソースかけ ポテトサラダ
30 ごはん ちゅうか 中華スープ にくしゅうまい 肉焼売(2個) ぎょうざ 餃子のタレ まーぼーはるさめ 麻婆春雨			えいようか へいきんち 栄養価平均値 しょうがっこう ちゅうがっこう 小学校 / 中学校 エネルギー (kcal) 674 / 819 たんぱく質 (g) 27.4 / 32.4 脂質 (g) 24.7 / 29.8 食塩相当量 (g) 1.54 / 2.11	

コロナウイルスの状況により学校行事が変更となる場合があります。給食提供日や献立内容が変わることがあります。

学校からのお知らせをご確認ください。牛乳は毎日つきます。給食費の納入期限は、26日です。

10日と17日は、美幌町にある三雄産業のひでちゃん小麦(美幌産)を使用しています。


今年もJAびほろ様より、無償で野菜などを頂きました。

人参: 200kg 玉ねぎ: 300kg でんぷん: 60kg

その他、9日は北海道より無償提供されるホタテを使用します。

生でも食べられる程の新鮮なホタテですが、カレースープの中に

入れて提供します。ふるさとの食材に感謝して食べましょう。



JAびほろ
の野菜が、昨年
の倍プレゼント
♪びほろの味を
知ろうね。



	あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	そのた(調味料)	エネルギー
2	牛乳、油揚げ、高野豆腐 豚肉、うずら卵、鶏肉	米、ごま、ごま油 砂糖、でんぷん	ほうれん草、長ねぎ、人参、白菜 木耳、玉ねぎ	コンソメ、シャンタン 塩、醤油、みりん	小 678 中 801
4	牛乳、豆腐、さば、豚肉	米、砂糖、でんぷん	なめこ、人参、長ねぎ、大根、枝豆	味噌、だし、醤油 みりん、酒	小 652 中 759
5	牛乳、豆腐、油揚げ 鶏肉、豚肉	米、油、つきこんにやく ごま油、砂糖、小麦、パン粉	白菜、人参、長ねぎ、えのきだけ ピーマン	味噌、だし、酒、醤油 みりん	小 652 中 828
6	牛乳、鶏肉、卵、豚肉 ベーコン、ハム	パン、小麦、いちごジャム	人参、白菜、ほうれん草、長ねぎ 生姜、もやし、きゅうり	醤油、みりん、だし ケチャップ、ドレッシング	小 691 中 801
9	牛乳、ホタテ、豚肉 うずら卵、鶏肉	米、バター	人参、キャベツ、玉ねぎ、チンゲン菜 枝豆	カレールウ、みりん、塩 コンソメ、胡椒	小 709 中 830
10	牛乳、豚肉、油揚げ ハム	うどん、小麦、マヨネーズ みかんゼリー	人参、玉ねぎ、しいたけ、長ねぎ いんげん、もやし	だし、みりん、醤油 そばつゆ	小 654 中 823
11	牛乳、たら、さんま かつお節、鶏肉	米、砂糖	人参、白菜、長ねぎ、ごぼう まいたけ、チンゲン菜、玉ねぎ	醤油、みりん、だし 塩、オイスターソース	小 646 中 809
12	牛乳、豚肉、生クリーム ハム	米、芋、はちみつ 油、パン粉	玉ねぎ、人参、白菜、きゅうり	カレールウ、ブルーベリー ソース、ドレッシング	小 770 中 912
13	牛乳、鶏肉、豚肉 ハム、ウインナー	パン、小麦、芋	南瓜、人参、玉ねぎ、きのこミックス キャベツ、きゅうり、コーン	クリームポタージュ、ベシャメルソース 塩、胡椒、ケチャップ	小 676 中 801
16	牛乳、ワカメ、豚肉、豆腐 高野豆腐、ハム、卵	米、白玉	大根、人参、長ねぎ、玉ねぎ	醤油、だし、塩、みりん 砂糖	小 698 中 823
17	牛乳、豚肉、なると	④鮭わかめおにぎり ラーメン、小麦	人参、白菜、長ねぎ、もやし、木耳 たけのこ、玉ねぎ、キャベツ、生姜	がらスープ、ラーメンスープ 餃子のたれ	小 635 中 816
18	牛乳、高野豆腐、豚肉 ひじき、ハム	米、砂糖	ごぼう、人参、えのきだけ、長ねぎ 生姜、玉ねぎ、枝豆、もやし	醤油、塩、だし、酒、オイスターソース みりん、味噌、ゆずボン酢	小 689 中 828
19	牛乳、鶏肉、豚肉 ヨーグルト、生クリーム	米、油、みかんゼリー、砂糖 ナタデココ、三色ゼリー、パン粉	人参、玉ねぎ、キャベツ、みかん	コンソメ、がらスープ 醤油、塩、胡椒、ソース	小 682 中 822
20	牛乳、ウインナー、鶏肉 ベーコン	かぼちゃパン、小麦、芋 雑穀ブレンド、オリーブ油、バター	人参、玉ねぎ、キャベツ、にんにく トマト、パセリ	がらスープ、コンソメ 塩、胡椒	小 655 中 817
24	牛乳、鶏肉、生クリーム ハム、チーズ、卵	スパゲティ、小麦 オリーブ油、原宿ドッグ	玉ねぎ、ピーマン、にんにく、しいたけ 人参、キャベツ、きゅうり、コーン	シチューベース、トマトピューレー、ドレッシング ケチャップ、塩、胡椒、コンソメ	小 687 中 828
25	牛乳、油あげ、鶏肉 豚肉、大豆	米、砂糖	ほうれん草、人参、玉ねぎ、ごぼう 生姜	味噌、だし、酢、醤油 みりん、酒	小 658 中 812
26	牛乳、豆腐、油あげ まぐろ、ウインナー	米、砂糖、油	キャベツ、人参、長ねぎ、玉ねぎ ピーマン	味噌、だし、醤油 ケチャップ、チリソース	小 664 中 823
27	牛乳、ウインナー、鶏肉 豚肉、生クリーム	パン、小麦、砂糖、芋 バター、マヨネーズ	白菜、えのきだけ、玉ねぎ、人参 しいたけ、きのこミックス、マッシュルーム	がらスープ、コンソメ、ケチャップ 塩、シャンタン、トマトピューレー、デミグラスソース	小 643 中 830
30	牛乳、ベーコン、豚肉 鶏肉	米、ごま油、砂糖 春雨	人参、チンゲン菜、長ねぎ、もやし 生姜、たけのこ、にんにく	シャンタン、がらスープ、醤油、オイスターソース コンソメ、餃子のたれ、酒、豆板醤	小 667 中 815

からだなか 体の中で あか しよくひん 赤の食品はみんなの体を作ります きいろ しよくひん からだうご ちから 黄色の食品は体を動かす力になります みどりしよくひん からだちよし ととの 緑の食品は体の調子を整えます



～ 11月^{がつ}に使用する食材^{しょう}の産地^{しょうざい}について ～

※町内産	※道内産	※国内産
じゃがいも メン(小麦粉) キャベツ、大根 玉ねぎ、人参、白菜	精米、パン(小麦粉)、みそ、しょうゆ もやし、しいたけ、ごぼう、きゅうり チンゲン菜、長ねぎ ピーマン、ほうれん草、豚肉、鶏肉	しょうが(高知)



※天候^{てんこう}や生育^{せいよく}状況^{じょうきょう}により生産^{せいさん}不足^{ぶそく}となり、産地^{さんち}がかわる場合^かもあります。ご理解^{りかい}の程^{ほど}よろしくお願^{ねが}いします。