

11月のこんだて(前半)

日・曜日	主食 (黄色)	牛乳 (赤)	デザート	おかず	血や肉になるもの(赤)	熱や力になるもの(黄)	体の調子をととのえるもの(緑)	調味料	エネルギー 小学部 中学部 高等部 (k cal)
4 ・火				とんかつふうおろしぼんずかけ	ぶたひれ肉	エッグケアマヨネーズ、パン粉	だいこん、みつば	塩、こしょう、アサヒボン酢、かつおだし	555
				かぼちゃのぐだくさんじる	ミニあつあげ		かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、はくさい	かつおこんぶだし、しょうゆ、塩	666
5 ・水				チキンピラフ	とり肉、ベーコン	バター、オリーブ油	たまねぎ、にんじん、とうもろこし缶	塩、こしょう、しょうゆ、白ワイン、とりがら	689
				さつまいものシチュー	牛乳、ウィンナー	バター、クリーム、米粉	さつまいも、たまねぎ、しめじ、にんじん	コンソメ、塩、こしょう	827
6 ・木				しろいマーボー豆腐	とうふ、ぶた肉	かたくり粉、ごま油	たまねぎ、えのきだけ、赤ピーマン、しょうが、にんにく	トウバンジャン、塩こうじ、こしょう、しょうゆ、砂糖、酒、とりがら	572
				ちんげんさいのちゅうかスープ	とり肉	ごま油	チンゲンサイ、もやし、にんじん	塩、しょうゆ、酒、とりがら	686
7 ・金				いりぶた	ぶた肉、高野豆腐	じゃがいも、油	ごぼう、にんじん、さやいんげん、干しいたけ	酒、みりん、砂糖、しょうゆ、かつおこんぶだし	594
				あつあげとろみじる	ミニあつあげ、とり肉	かたくり粉	だいこん、にんじん、ほうれんそう、えのきだけ	酒、塩、しょうゆ、みりん、かつおこんぶだし	713
10 ・月				ひじきのふりかけ	ひじき	ごま		かつおだし、みりん、しょうゆ、ゆかり	519
				ちくぜんに	とり肉	さといも、油	れんこん、ごぼう、にんじん、干しいたけ、さやいんげん	しょうゆ、みりん、酒、砂糖	623
				だいこんのおすまし	ちくわ		だいこん、にんじん	酒、塩、しょうゆ、かつおこんぶだし、みりん	
11 ・火				ペンネボロネーゼ	ぶたひき肉	ペンネ、オリーブ油	にんじん、たまねぎ、セロリー、にんにく、しめじ、トマト缶	塩、こしょう、赤ワイン、ナツメグ、ケチャップ、トマトピューレ、ウスターソース、デミグラスソース、砂糖	576
				キャベツとベーコンのスープ	ベーコン		キャベツ、たまねぎ、にんじん	とりがらだし、塩、しょうゆ、こしょう	691
12 ・水				やきとりどん	とり肉	米、油	たまねぎ、にんじん、だけのこ、白ネギ	酒、みりん、砂糖、しょうゆ	584
				はくさいのみそしる	とうふ、あぶらあげ、みそ		はくさい、にんじん、えのきだけ	かつおこんぶだし	701
13 ・木			アシド ミルク	ターメリックごはん	バター	米		とりがら、ターメリック	640
				チャナマサラ	ひよこ豆	オリーブ油	たまねぎ、セロリ、しょうが、にんにく、トマト缶	グミン、アレルゲンフリーカレー粉、しょうが、塩、砂糖、とりがら、ウスターソース、ターメリック	768
				タンドリーチキン	とり肉、ヨーグルト		しょうが、にんにく	カレー粉、ケチャップ	
				キャベツのレモンサラダ	チキンハム	オリーブ油	キャベツ、にんじん、きゅうり、レモン汁	塩、こしょう、砂糖、酢、しょうゆ	
14 ・金				さわらのきのこあんかけ	さわら	かたくり粉	にんじん、しいたけ、しめじ、えのきだけ、まいたけ、しょうが	かつおこんぶだし、酒、みりん、砂糖、塩、しょうゆ	521
				さわにわん	とうふ、ぶた肉		だいこん、にんじん、ごぼう	かつおこんぶだし、しょうゆ、酒、塩、こしょう	625



児童生徒に4月～7月に提供した給食の中で、もう1度食べたい給食のリクエストアンケートを7月に実施しました。
11月は中学部、高等部で1位～3位だった給食が登場します！
みなさん、お楽しみに！



※物資購入の都合により献立が変更になることもございますが、ご了承ください。