



令和3年11月 学校給食献立表

今月の給食目標「食事のあいさつをしっかりとしよう」

☆毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です。

給食回数 20回

稲沢市立大里西小学校

曜日	月	火	水	木	金
献立名	1日 きぬあつあげのみそかけ うめしらすあえ のっぺいじる ごはん	2日 ちゅうかあえ さつまいもコロケ ソフトめん ちゃんぽんふうソフトめん	3日 文化の白 ☆新米です☆ 11月中旬より新米になります。愛知県でとれた「あいちのかおり」という品種です。稲の病気に強く、少ない農薬で育てることが出来る品種です。	4日 ポイルキャベツ アセロラゼリー フィッシュフライ サンドイッチロールパン コーンクリームスープ とんかつソース	5日 さばのはちょうみそに かおりあえ とりにくごじる ごはん
赤	きぬあつあげ みそ あぶらあげ ぎゅうにゅう しらす とうふ	ふたにく なると えび ぎゅうにゅう		アセロラゼリー フィッシュフライ サンドイッチロールパン コーン	とりにくごじる とりにくだんご やきどうふ ぎゅうにゅう さばのはちょうみそに
緑	こまつな にんじん はくさい きゅうり うめ	にんじん にんにく もやし はくさい ねぎ コーン		にんじん パセリ たまねぎ キャベツ	にんじん こまつな だいこんば こんにゃく はくさい ほししいたけ
黄	ごはん さとう でんぷん さといも	ソフトめん さつまいもコロケ あぶら ごまあぶら さとう		サンドイッチロールパン あぶら アセロラゼリー	ごはん
献立名	8日 こんさいとだいまのあげに みかん とうにゅういりみそしる げんまいごはん	9日 きりぼしだいにんナムル あいちのしそいりとりはるまき しょうゆラーメン ちゅうかめん	10日 さげのぎんがみまき こんぶあえ かきたまじる ごはん	11日 ちくわのいそべあげ(2こ) あじつけのり ゆかりあえ ちゃんごじる ごはん	12日 ツナどん りんご どさんごじる むぎごはん
赤	とうふ あぶらあげ みそ だいま ぎゅうにゅう とうにゅう	ふたにく しそいりとりはるまき ぎゅうにゅう	さげのぎんがみまき たまご とうふ ぎゅうにゅう こんぶ かまぼこ	ちくわ ふたにく なまあげ ぎゅうにゅう のり あおのり	ふたにく とうふ みそ ぎゅうにゅう ツナ
緑	にんじん たまねぎ ねぎ だいこん れんこん ごぼう	にんじん チンゲンサイ たまねぎ もやし キャベツ ねぎ コーン	はくさい ねぎ えのきたけ	キャベツ きゅうり ぶなしめじ はくさい ねぎ しょうが	たまねぎ しょうが もやし ねぎ りんご
黄	げんまいごはん さとう でんぷん あぶら ごま	ちゅうかめん さとう あぶら ごまあぶら	ごはん でんぷん	ごはん こむぎこ あぶら	むぎごはん さとう じゃがいも
献立名	13日(土) カラフルサラダ(ドレッシング) オムレツ クロワッサン ペンネマカロニのミートソース	16日 ぶるさとおひたし やさいかきあげ きしめん たまごとしきしめん	17日 ししゃものかんろに いんげんのこまあえ みそおでん ごはん	18日 フロccoliーサラダ(ドレッシング) にこみハンバーグ あいちのこめこパン あきのシチュー	19日 とりにくのしモンに こがねあえ あいちのだいこんごはん ふるさとみそしる
赤	ふたにく オムレツ ぎゅうにゅう	たまご かまぼこ あぶらあげ ぎゅうにゅう とりにく	ふたにく うすらたまご たまはんぺん ぎゅうにゅう ししゃも いか みそ	にこみハンバーグ あいちのこめこパン ペーコン ハンバーグ	とうふ あぶらあげ みそ とりにく ぎゅうにゅう わかめ
緑	たまねぎ グリンピース きゅうり コーン キャベツ	えのきたけ ほししいたけ ねぎ たまねぎ はくさい やさいかきあげ	にんじん いんげん だいこん こんにゃく	たまねぎ ぶなしめじ キャベツ コーン マッシュルーム きゅうり	にんじん だいこんば こまつな はなきりだいこん えのきたけ
黄	クロワッサン ペンネ さとう あおじそドレッシング	きしめん でんぷん さとう あぶら	ごはん さといも さとう ごま	こめこパン さつまいも ホワイトルウ やさいいっぱいドレッシング さとう	ごはん さといも さとう あぶら でんぷん
献立名	22日 さげのミンチカツ そくせきづけ にくじゃが ごはん	23日 勤労感謝の日 わかめごはん	24日 きびなこのカリカリフライ(2ひ) おかかあえ さつまじる わかめごはん	25日 まめまめサラダ(ドレッシング) ヨーグルト ポトフ セレクトパン(あげパン・りんごジャム)	26日 しゅうまい(2こ) ハンサンスー マーボーどうふ ごはん
赤	ふたにく ちくわ ぎゅうにゅう さげのミンチカツ		きびなこ とりにく とうふ あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう わかめ かつおぶし	ぎゅうにゅう あかいんげんめ あおえんどうめ	とうふ ふたにく しゅうまい ぎゅうにゅう みそ
緑	にんじん キャベツ だいこんづけ こんにゃく グリンピース	にんじん ほうれんそう みつば えのきたけ ほししいたけ ねぎ	にんじん チンゲンサイ はくさい ねぎ	にんじん パセリ だいこん たまねぎ マッシュルーム	にんにく しょうが ほししいたけ キャベツ コーン きゅうり
黄	ごはん じゃがいも さとう ごま あぶら	ごはん じゃがいも さとう ごま あぶら	ごはん さとう さつまいも あぶら	こめこパン さつまいも ホワイトルウ やさいいっぱいドレッシング さとう	ごはん さとう でんぷん ごまあぶら はるさめ
献立名	29日 ほうれんそうサラダ(マヨネーズ) ふくじんづけ むぎごはん あきのみかくカレー	30日 わふうコロケ みかん ももかぶのわふうあえ ぎんなんきしめんじる ごはん	11日 はしの日 はしは優れた道具で、「はさむ」以外に「切りさく」、「すくう」など、様々なことができます。正しいはしの持ち方を身に付け、上手に使いこなせるようにしましょう。この日は、給食に味付けのりが付いています。はしを使ってご飯をのりてくるんで食べてみましょう。	愛知を食べる 学校給食の日 16日から19日の1週間と30日には愛知県や稲沢市で採れた農作物や伝統食材が登場します。地元への恵みに感謝していただきます。	24日 鹿児島県の料理 きびなごは、鹿児島県の近海で水揚げされる青魚です。体長10cmほどの小さな魚で体に銀色の帯のような模様があり、鹿児島県では「帯」のことを「キビ」といいます。鹿児島県では、食卓に欠かせない食べ物で、新鮮なきびなごは生で食べることができます。
赤	ふたにく ハム ぎゅうにゅう	あぶらあげ かまぼこ ぎゅうにゅう		ウインナー だいず ひよこめ ヨーグルト	とうふ ふたにく しゅうまい ぎゅうにゅう みそ
緑	にんじん ほうれんそう グリンピース たまねぎ ぶなしめじ エリンギ まいたけ	にんじん ほししいたけ ねぎ えのきたけ はくさい ももかぶ		たまねぎ マッシュルーム キャベツ きゅうり	にんにく しょうが ほししいたけ キャベツ コーン きゅうり
黄	むぎごはん じゃがいも カレー ルウ ごま マヨネーズ	ごはん ぎんなんきしめん さとう あぶら わふうコロケ		ミルクロールパン りんごジャム じゃがいも さとう あぶら ごまドレッシング	ごはん さとう でんぷん ごまあぶら はるさめ

あか：おもにからだをつくるもの

みどり：おもにからだのちょうしをととのえるもの

き：おもにねつやちからのもとになるもの

※都合により、献立内容が変更になることがあります。