









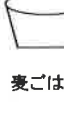



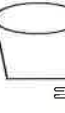



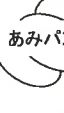



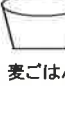


11月*こんだてひょう*

小学校栄養基準量
エネルギー640kcal
たんぱく質18~32g
脂質18~21g

天候等の都合により、献立・食材を変更する場合があります。

<p>献立名</p>	<p>勝山シークッカーさんより「カープチー果汁」の寄贈がありました。18日(金)に「仲良しカープチーゼリー」として提供します。ありがとうございます。</p> 	<p>1(火)大北小6年生欠食</p> <p>ごぼうと種実の和え物 / ポテのチーズ焼き</p>  <p>スパゲティナポリタン</p>	<p>2(水)大北小6年生欠食</p> <p>キャベツのツナ和え / きびなごのゆかり揚げ</p>  <p>麦ごはん ハヤシシチュー</p>	<p>3(木)</p> <p>文化の日</p> <p>もうすぐ運動会だね~</p> 	<p>4(金)</p> <p>ブルー</p> <p>ジャコサラダ / 焼き豆腐の生姜あん</p>  <p>鶏の炊き込みご飯</p>
<p>献立名</p>	<p>7(月)名護小・幼振休</p> <p>マーミナーチャンブル / さんまの昆布煮</p>  <p>麦ごはん シカムドゥチ</p>	<p>8(火)名護小・幼振休</p> <p>ソファール</p> <p>大根とリンゴサラダ / 手作り肉まん</p>  <p>きのこスパゲティ</p>	<p>9(水)</p> <p>春雨の中華サラダ / 酢豚</p>  <p>麦ごはん かきたま汁</p>	<p>10(木)</p> <p>スライスチーズ</p> <p>コールスローサラダ / 白身魚フライ</p>  <p>マッシュルームのクリームスープ</p>	<p>11(金)</p> <p>かき</p> <p>ほうれん草オムレツ / ヤングコーンソテー</p>  <p>秋の幸おこわ</p>
<p>献立名</p>	<p>14(月)大北小・幼振休</p> <p>マーミナーチャンブル / さんまの昆布煮</p>  <p>麦ごはん シカムドゥチ</p>	<p>15(火)</p> <p>海藻サラダ / さつまいものシナモン揚げ</p>  <p>みそ煮込みうどん</p>	<p>16(水)</p> <p>黒豆入りフルーツ和え</p> <p>もずく丼</p> <p>麦ごはんの上に もずく丼の具を のせて食べて ください。</p>  <p>さつまい</p>	<p>17(木)幼稚園弁当会</p> <p>コーンと胡瓜のサラダ</p> <p>ポイルウインナーミニケチャップ</p>  <p>コッパン クラムチャウダー</p>	<p>18(金)郷土料理献立</p> <p>仲良しカープチーゼリー</p> <p>アーサのウサチー / 魚天ぶら</p>  <p>クファジュシー</p>
<p>献立名</p>	<p>21(月)大北幼・小振休 名護小5年生欠食</p> <p>給食のり</p> <p>インゲンの胡麻和え / うじゃ豆腐</p>  <p>麦ごはん チムシンジー汁</p>	<p>22(火)名護小5年生欠食</p> <p>かぼちゃナントウ / ひじきチーズサラダ</p>  <p>豚キムチ焼うどん</p>	<p>23(水)</p> <p>勤労感謝の日</p> 	<p>24(木)</p> <p>ブロッコリーサラダ / 鮭のベーコン焼き</p>  <p>あみパン キャベツシチュー</p>	<p>25(金)</p> <p>みかん</p> <p>キャベツのゆかりあえ / きびなごの佃煮</p>  <p>秋の香りごはん</p>
<p>献立名</p>	<p>28(月)</p> <p>小魚とアーモンドの甘辛煮 / 青菜炒め</p>  <p>わかめごはん 肉じゃが</p>	<p>29(火)</p> <p>梨</p> <p>小松菜とえのきの和え物 / 野菜コロッケ</p>  <p>五目炊き込みご飯</p>	<p>30(水)</p> <p>もも缶 / アーサ入り厚焼き玉子</p>  <p>麦ごはん すき焼き煮</p>	<p>お知らせ</p> <p>「沖縄食文化フェスティバル」が11月19日(土)20日(日)、名護市21世紀の森屋内運動場・体育館で開催されます。伝統料理や現代料理など沖縄の食文化に関するイベントです。それに関連して、給食では18日(金)に郷土食献立にしました。会場での、給食展示はありませんが、沖縄の食文化について触れてみてはいかがでしょうか。</p>	

2022年11月献立 揚げ油(大豆)は、揚げ調理で複数回調理に使用しています。

* お知らせ * 天候等の都合により、献立・食料を変更することがあります。その際は、学校からの献立変更のお知らせをご確認ください。しつかりと使用食料や下記のアレルギー表示をご確認ください。

曜日	牛乳	献立名	使用食料一覧表			
			おもに油・食・肉になる (たんぱく質・脂質)	おもに油の調子を整える (ビタミン・脂質)	おもに油や塩になる (炭水化物・脂質)	調味料
1 (火)	○	スパゲティボリタン	鶏肉 ウインナー【豚肉】	玉葱 人参 ビーマン マッシュルーム トマト ニンニク	スパゲティ【小麦】こめ油 オリーブ油 三温糖	シママース こしょう ケチャップ ウスター パシル粉
		ポテトのチーズ焼き	唐揚げベーコン【豚肉 鶏肉 大豆】豆乳【大豆】 チーズ【乳】	ミックスベジタブル パセリ	じゃが芋 さつまいろ マーガリン	シママース
		ごぼうと椎茸の和え物	ちくわ【大豆】	ごぼう 絹瓜 もやし 人参	ノンエッグマヨ【大豆・りんご】アーモンド ごま 三温糖	薄口醤油 シママース
2 (水)	○	炭ごはん			米 炭	
		ハヤシシチュー	牛肉 白豆	玉葱 人参 セロリ マッシュルーム トマト ニンニク	じゃが芋 こめ油	ケチャップ ハヤシルー シママース こしょう ローレル粉 ウスター 揚げしそ
		さびなごのゆかり揚げ	さびなご		小麦粉 片栗粉 揚げ油	シママース ゆかり粉【28品目なし】
4 (金)	○	キャベツのツナ和え	ツナ	キャベツ コーン	三温糖	醤油 酢 和風ドレ【大豆 小麦 りんご】
		鶏のたきこみごはん	鶏肉 油揚げ【大豆】	しいたけ あお豆 ごぼう 人参	米 炭 こめ油	シママース 醤油 みりん 料理酒 揚げしそ
		焼き豆腐の生煮あん	豆腐	生姜 ねぎ	かたくり粉	薄口醤油 みりん 粉かつお
		ジャコサラダ	しらす	キャベツ ほうれん草	三温糖 ごま油	シママース 醤油 和風ドレ【大豆 小麦 りんご】
7 (月)	○	ブルーン				
		炭ごはん			米 炭	
		シカムドゥチ	豚肉 ちきあぎ【小麦 大豆】	こんにやく 冬瓜 しいたけ		シママース 醤油 揚げしそ 粉かつお
8 (火)	○	マーミナーチャンプルー	豆腐 ツナ	もやし 人参 からしな	こめ油	醤油 シママース こしょう
		さんまの昆布煮	さんま 昆布	生姜	三温糖 ごま	みりん 醤油 酢 料理酒 かつおだし汁
		きのこスパゲティ	鶏肉	しめじ マッシュルーム 水くらげ 玉葱 人参 ビーマン ニンニク	スパゲティ【小麦】オリーブ油 こめ油	シママース こしょう 醤油
9 (水)	○	手作り肉まん	豚ひき肉 大豆 チーズ【乳】	玉葱	小麦粉 ミックス粉【小麦粉 乳】 三温糖 かたくり粉 ベーキングパウダー	シママース カレー粉 ウスター ドライカレー【乳 小麦 豚肉 りんご 牛肉】
		大根とちりめんサラダ	きつねめ ちりめん	大根 トマト シーフウサー果汁	オリーブ油 三温糖	薄口醤油 酢
		ソファールぶどう	ソファールぶどう【乳 ゼラチン】			
10 (木)	○	炭ごはん			米 炭	
		かきたま汁	たまご 豆腐	えのき ねぎ	かたくり粉	シママース 醤油 料理酒 粉かつお
		酢豚	豚肉	生姜 ニンニク 人参 玉葱 ビーマン 椎茸	三温糖 こめ油 かたくり粉 じゃが芋 揚げ油	シママース 醤油 ケチャップ 酢 ポークブイヨン【鶏肉 豚肉】
11 (金)	○	豚肉の中巻サラダ	とりささみ	人参 もやし ほうれん草	春雨 三温糖 ごま油 ごま	シママース 醤油 和風ドレ【大豆 小麦 りんご】酢
		バーガーパン			バーガーパン【小麦・乳・大豆】	
		マッシュルームのクリームスープ	白豆ペースト 豆乳 生クリーム チーズ【乳】	かぼちゃ 玉葱	じゃが芋 小麦粉 マーガリン 粉糖アーモンド	シママース こしょう 揚げしそ ローレル パセリ粉
14 (月)	○	白身魚フライ	白身魚フライ【ホキ 小麦 大豆】揚げ油			
		コールスローサラダ		キャベツ 絹瓜 コーン	三温糖	コールスロードレ【たまご 大豆】
		スライスチーズ	チーズ【乳】			
15 (火)	○	依の傘おこわ	豚肉 油揚げ【大豆】	しめじ しいたけ 人参 ごぼう わぎ	米 炭 もち米 くり こめ油	シママース 醤油 料理酒 みりん 揚げしそ
		ヤングコーンソテー	唐揚げベーコン【豚肉 鶏肉 大豆】	ヤングコーン 人参 インゲン こんにやく	こめ油	醤油 こしょう
		ほうれん草オムレツ	ほうれん草オムレツ【たまご 大豆】			
16 (水)	○	炭ごはん			米 炭	
		シカムドゥチ	豚肉 ちきあぎ【小麦 大豆】	こんにやく 冬瓜 しいたけ	こめ油	シママース 醤油 揚げしそ 粉かつお
		マーミナーチャンプルー	豆腐 ツナ	もやし 人参 からしな	三温糖 ごま	みりん 醤油 酢 料理酒 かつおだし汁
17 (木)	○	さんまの昆布煮	さんま 昆布	生姜	三温糖 ごま	みりん 醤油 酢 料理酒 かつおだし汁
		みそ煮込みうどん	豚肉 油揚げ【大豆】ちきあぎ【大豆】	白菜 小松菜 人参 玉葱 しいたけ	うどん【小麦】こめ油	醤油 みそ 料理酒 みりん ポークブイヨン【鶏 豚】
		さつまいろのシナモン揚げ	海苔 ツナ	絹瓜 大根	さつまいろ 揚げ油 三温糖 粉糖アーモンド	シナモン
18 (金)	○	炭ごはん			米 炭	
		もずく丼	もずく 豚ひき肉 大豆	玉葱 ビーマン 人参 コーン 生姜	こめ油 三温糖	醤油 みりん 料理酒 かつおだし汁 豆腐【28品目なし】
		さつまいろ	さつまいろ	人参 ごぼう 大根 ねぎ	さつまいろ 昆布	赤みそ 白みそ 粉かつお
21 (月)	○	豚肉のフルーツ和え	豚肉	パイナップル みかん ぶどう もも 缶	グラニュー糖	赤ワイン
		コッペパン			コッペパン【小麦・乳・大豆】	
		クラムチャウダー	あさり 白豆乳 スキムミルク・牛乳・チーズ【乳】	人参 玉葱	じゃが芋 小麦粉 マーガリン こめ油	シママース こしょう 揚げしそ ローレル
22 (火)	○	ポイルウインナー ミソ汁	ウインナー【小麦 牛肉 豚肉】			ケチャップ
		コーンと絹瓜のサラダ	白いんげん豆	コーン 絹瓜 キャベツ	三温糖	こしょう 薄口醤油 コールスロードレ【たまご 大豆】
		クワッシュシー	豚肉 かまぼこ【小麦 大豆】昆布	人参 しいたけ ねぎ	米 炭 こめ油	シママース 醤油 料理酒 みりん 揚げしそ
24 (木)	○	炭ごはん			米 炭	
		アサのウサチー	ホキ たまご 青のり粉	小麦粉 揚げ油	三温糖	醤油 酢 和風ドレ【大豆 小麦 りんご】
		アサのウサチー	アサ イロ	大根 シーフウサー果汁	三温糖	醤油 酢 和風ドレ【大豆 小麦 りんご】
25 (金)	○	仲直しカープチーゼリー	アガー	カープチー果汁	グラニュー糖	
		炭ごはん			米 炭	
		チムシンジー汁	豚肉 豚レバー	人参 ごぼう 小松菜	じゃが芋	みそ 粉かつお
28 (月)	○	うじら豆腐	おから【大豆】すり身【28品目なし】 アサ たまご だし	人参 あお豆	揚げ油 かたくり粉	シママース 醤油 こしょう ウージパウダー
		インゲンの胡麻和え	給食のり【小麦 大豆】	いんげん 大根 人参	ごま 三温糖	シママース 醤油 揚げしそ【小麦 大豆 ごま】
		給食のり				
29 (火)	○	豚キムチうどん	豚肉	白菜 白黒キムチ【28品目なし】人参 玉葱 長ネギ 小松菜	うどん【小麦】三温糖 こめ油	シママース 醤油 みりん 料理酒 粉かつお
		ひじきチーズサラダ	ひじき チーズ【乳】白いんげん豆	絹瓜 コーン	三温糖 オリーブ油	こしょう シママース 揚げしそ【小麦 大豆 りんご】 酢 レモン果汁
		かぼちゃナンタウ	きなこ【大豆】	シーフウサー果汁 かぼちゃ	グラニュー糖 タピオカ粉	シママース
30 (水)	○	あみパン			あみパン【小麦・乳・大豆】	
		キャベツシチュー	鶏肉 白豆ペースト 豆乳【大豆】	玉葱 キャベツ 人参 しめじ	じゃが芋 小麦粉 オリーブ油 こめ油	シママース こしょう チキソブイヨン【鶏】 揚げしそ【たまご】 ローレル
		豚のベーコン焼き	豚 ベーコン【乳 たまご】豚肉 大豆】	トマト	三温糖 オリーブ油	シママース 白ワイン こしょう ガーリックパウダー パシル粉
29 (火)	○	ブロッコリーサラダ	ブロッコリー カリフラワー コーン		アーモンド 三温糖	フレッシュドレ【28品目なし】 酢
		依の傘りごはん	豚肉	えのき しめじ しいたけ 人参 グリンピース	米 炭 こめ油	醤油 みりん シママース 粉かつお
		さびなごの佃煮	さびなご		揚げ油 三温糖 片栗粉 ごま	醤油 料理酒 みりん
30 (水)	○	キャベツのゆかり和え	キャベツ 大根 絹瓜 しそ		三温糖	薄口醤油 酢 シママース
		みかん	みかん			
		わかめごはん	わかめ		米 炭	
29 (火)	○	肉じやが	牛肉	人参 玉葱 水くらげ こんにやく インゲン	じゃが芋 三温糖 こめ油	醤油 みりん 料理酒 粉かつお
		青菜炒め	ツナ	小松菜 人参 もやし	こめ油	醤油 こしょう シママース
		小魚とアーモンドの甘辛煮	かえり	生姜	アーモンド 三温糖 粉末黒糖	醤油
30 (水)	○	五目たきこみごはん	豚肉 油揚げ【大豆】	人参 ごぼう 青豆 しいたけ	米 炭 こめ油	シママース みりん 醤油 粉かつお
		野菜コロッケ	野菜コロッケ【小麦 乳 大豆】揚げ油			
		小松菜とえのきの和え物	刻みのみ あげずり	小松菜 えのき	三温糖	醤油
30 (水)	○	なし				
		炭ごはん			米 炭	
		ずきき煮	牛肉 厚揚げ【大豆】	白菜 人参 長ネギ ほうれん草	春雨 三温糖 こめ油	シママース 醤油 みりん
30 (水)	○	アサ入り厚焼きたまご	たまご しらす アサ		こめ油	料理酒 醤油 みりん ウージパウダー
		もも缶		もも缶		

調味料アレルギー表示
 ☆調味料・調理加工品に關して、アレルギー表示品目【乳・卵・小麦・ピーナツ・えび・かに・そば・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン・バナナ・ごま・カシューナツ・アーモンド】の表示をしています。
 ①醤油・薄口醤油(小麦・大豆)②酢・特選酢(小麦)③ウスター(大豆、りんご)④豆腐・豆乳・おから・赤みそ・白みそ・揚げ油(大豆)⑤デミグラスソース(小麦・牛肉・豚肉・鶏肉・大豆・ゼラチン)
 ⑥カレーフレーク(小麦・大豆・牛肉・豚肉)⑦カレー粉(香辛料のみ28品目なし)⑧マーガリン(乳・大豆)⑨ツナ(大豆)⑩枝豆・もやし(大豆)⑪ハヤシルー(小麦・大豆・牛肉)が原料となります。
 ※アレルギー表示義務はありませんが、オイスターソースにカキエキスをを使用しています。
 ※もも缶、アサ、わかめ、海苔等、しらす干し、ちりめんなどの小魚、アサリなどの二枚貝にはエビ、イカ、カニの微量が混入していることがあります。 ※揚げ油(大豆)は、揚げ調理で複数回調理に使用しています。