

11月 こんだてひょう

戸出西部小学校

日 曜	よう 主食	こんだてい 献立名	しょく 食青 テーマ等	ち にく 血や肉や骨になる 赤の食品	ねつ ちから 熱や力になる 黄の食品	かんだ もじ 体の調子を整える 緑の食品			
4 火	ごはん	さといも 里芋ハンバーグ たかおかやさい 高岡野菜のごまあえ たかおか 高岡のつくりもん汁 じる しゃうねんいわ 20周年お祝いゼリー	がっこきゅうじょく 学校給食たかおかの日 「新高岡市誕生 しゃうねんいわんじゆ 20周年記念献立」	ぎゅうにゅう 牛乳 あぶら 油揚げ	豚肉 ごはん 砂糖 ごま	パン あぶら ソフト麺 粉 さとう 砂糖 ゼリー	玉ねぎ にんじん 大根 南瓜 生椎茸 ねぎ		
5 水	1／2 コッペパン	オムレツ【卵】 ゆで かぶの柚子サラダ ゆめ ソフト麺のカレーソースかけ		ぎゅうにゅう 牛乳 大豆	卵 卵 鶏肉	パン あぶら ソフト麺 油 砂糖	かぶ きゅうり ゆず 玉ねぎ にんじん 生姜 にんにく マッシュルーム		
3限授業(給食なし)									
7 金	しょく 食パン	あどり あまからじょうゆ 揚げ鶏の甘辛醤油ソース ゆやさい 茹で野菜 とうふ 香味野菜と豆腐のスープ		ぎゅうにゅう 牛乳 ベーコン	鶏肉 きぬ 絹ごし豆腐	パン あぶら 油	かたくりこ 片栗粉 さとう 砂糖 ごま	こめこ 米粉 じゃがいも	プロッコリー しょうが 生姜 にんにく しめじ たま 玉ねぎ ねぎ
10 月	ごはん	なんばんづけ ワカサギの南蛮漬 あしそごま和え たかおか 高岡の煮しめ メロンゼリー	がっこきゅうじょく 学校給食たかおかの日 「高岡の煮しめ」	ぎゅうにゅう 牛乳 あ さつま揚げ	わかさぎ 厚揚げ	ごはん 片栗粉 さとう 砂糖 ごま	かたくりこ 片栗粉 さとう 砂糖 ごま	こめこ 米粉 里芋	きやべつ ほうれん草 しそ粉 大根 板こんにゃく たけのこ にんじん
11 火	くり 栗ごはん	さばこうや 鮭の香味焼き ごくまる 五目豆 はくせい えのきと白菜のみそ汁	きょうどいこんだて 郷土献立 ごもくまめ 「五目豆」	ぎゅうにゅう 牛乳 大豆 あぶら 油揚げ	鮭 豚肉 高野豆腐 わかめ	ごはん くり 粟 さとう 砂糖	ごま	あぶら 油	生姜 にんにく にんじん たけのこ 板こんにゃく たけのこ 干し椎茸 えのきたけ 白菜 ねぎ
12 水	こめこい 米粉入り パン	プロッコリーとベーコンのキッシュ【卵】 フルーツあえ ポークピーンズ		ぎゅうにゅう 牛乳 ベーコン 卵 チーズ 豚肉 大豆	ベーコン チーズ 豚肉 大豆	パン あぶら 油 砂糖 じゃがいも	あぶら 油 砂糖 ごま油	こめこ 米粉 さとう 砂糖	玉ねぎ プロッコリー りんご パイナップル もも バナナ にんじん しめじ
13 木	ごはん	どりこ 鶏肉の米粉揚げ やよいせい 野菜炒め さつまい みかん		ぎゅうにゅう 牛乳 豚肉	鶏肉	ごはん あぶら ごま油	こめこ 米粉 さとう 砂糖	油 さつまいも	生姜 もやし ちんげんさい 玉ねぎ にんじん 大根 こんにゃく ねぎ みかん
14 金	ごはん	ぶたにく 豚肉と大豆のケチャップがらめ あおな 青菜のコン和え かきたまスープ【卵】 ヨーグルト		ぎゅうにゅう 牛乳 大豆 あぶら 油揚げ	豚肉 卵 豆腐 わなか ヨーグルト	ごはん かたくりこ 片栗粉 さとう 砂糖	こめこ 米粉 さとう 砂糖	生姜 小松菜 きやべつ コーン 玉ねぎ にんじん	生姜 こまつな 小松菜 きやべつ 玉ねぎ にんじん
17 月	ごはん	くよし 国吉きのこのチキン南蛮弁 ゆで 茹でプロッコリー とうじうじる 豆乳汁	たかおか 高岡 しょく 食19歳献立 くにし 「国吉きのこの なんばんづけ チキン南蛮弁」	ぎゅうにゅう 牛乳 あぶら 油揚げ	鶏肉 豆乳	ごはん あぶら 油 砂糖	かたくりこ 片栗粉 さとう 砂糖 ごま	こめこ 米粉 里芋	玉ねぎ 生椎茸 にんじん 大根 ごぼう ねぎ
18 火	ごはん	ふくらぎのゆずみそかけ す お餅台い だんごじ 団子汁	がっこきゅうじょく 学校給食とやまの日 「ふくらぎ・お餅台い」	ぎゅうにゅう 牛乳 あぶら 油揚げ	ふくらぎ ひじき 鶏肉	ごはん あぶら 油 白玉団子	かたくりこ 片栗粉 さとう 砂糖	こめこ 米粉 白玉団子	ゆず 大根 にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ
19 水	しょく 食パン	あらびきウインナー まめ 豆いろいろサラダ しろ こめこ 白ネギの米粉シチュー		ぎゅうにゅう 牛乳 ひよこ豆 生クリーム	ウインナー まめ 大豆 鶏肉	パン さとう 砂糖 あぶら 油	ごま じゃがいも	こめこ 米粉	きゅうり きやべつ にんじん 玉ねぎ ねぎ
20 木	ごはん	さわら 鰯のマヨネーズ焼き【卵】 なっとう スタミナ納豆和え じお なべ 塩こうじ鍋		ぎゅうにゅう 牛乳 豚肉 や 豆納豆 焼き豆腐	なっとう 納豆 豚肉 豆腐	ごはん マヨネーズ	パン じゃがいも さとう 砂糖	こめこ 米粉 白玉団子	ニラ にんじん きやべつ もやし こんにゃく はくせい えのきたけ 白菜
21 金	コッペパン	たかおかこんぶ 高岡昆布ロコッケ ぱく 白菜とりんごのサラダ グリーンラーメン	がっこきゅうじょく 学校給食たかおかの日 「高岡昆布ロコッケ・ グリーンラーメン」	ぎゅうにゅう 牛乳 昆布 あぶら 油	豚肉 昆布	パン じゃがいも さとう 砂糖	かたくりこ 片栗粉 あぶら 油 中華麺	こめこ 米粉 白菜	玉ねぎ 胡瓜 りんご ほうれん草 とうもろこし もやし ねぎ
25 火	ごはん	まめ ミックスミそ豆 こまつな なましいたけ ひた 小松菜と生椎茸の浸し じる キムチ汁		ぎゅうにゅう 牛乳 ひよこ豆 豚肉 や 豆納豆 焼き豆腐	大豆 まめ ひよこ豆 や 豚肉 豆腐	ごはん かたくりこ 片栗粉 あぶら 油 ごま油	かたくりこ 片栗粉 あぶら 油 砂糖	こまつな 小松菜 きやべつ にんじん 大根 玉ねぎ しめじ	生椎茸 白菜 白玉団子
26 水	しょく 食パン	しろみさかな 白身魚のフライ スパゲティサラダ【卵】 カレースープ		ぎゅうにゅう 牛乳 白身魚 あぶら 油揚げ	ふたにく 豚肉 や 焼き豆腐	パン パン スパゲティ マヨネーズ 砂糖 じゃがいも	パン あぶら 油 ごま油	こめこ 米粉 パン スパゲティ マヨネーズ 砂糖 じゃがいも	きやべつ にんじん 胡瓜 玉ねぎ にんじん かぶ
27 木	ごはん	いわし うめ 鰯の梅煮 いため キャベツのオイスターソース炒め はくせい あぶら みそじ 白菜と油揚げの味噌汁		ぎゅうにゅう 牛乳 あぶら 油揚げ	ふたにく 豚肉 や 焼き豆腐	ごはん あぶら 油 ごま油	きやべつ もやし 玉ねぎ にんじん 梅 ねぎ	にんじん うめ 白菜 大根	玉ねぎ にんじん うめ 白菜 大根
28 金	むぎい ハト麦入り しそごはん	ゴーセイなメンチカツ えだまめ 枝豆サラダ ひみ じる 氷見うどん汁 6市ミックスゼリー	6市連携地場産品献立 がっこきゅうじょく 学校給食とやまの日 ごせいい 「吳西な日！」 り (ゴーセイな日)	ぎゅうにゅう 牛乳 や 豆見うどん 水見うどん汁	豚肉 牛肉 や 焼きまぼこ	ごはん ハト麦 パン 水見うどん ゼリー	パン あぶら 油 ごま油 砂糖	こめこ 米粉 パン 水見うどん ゼリー	しそ粉 ねぎ 小松菜 枝豆 大根 とうもろこし にんじん 大根 干し椎茸 ねぎ

★牛乳は、毎日1本付きます。

★都合により、献立や食材を変更する場合があります。

« お知らせ » 11月 6日(木):3限授業(給食なし)
11月12日(水):1・2年生 校外学習(弁当持参)

※下記の食品が含まれている場合は、献立名の横に印をつけてあります。主な材料の欄とともに、アレルギー除去の参考にしてください。
卵、卵製品…【卵】 えび…【え】 かい…【か】 いか…【い】