

令和6年度 11月 予定献立表 (清鷹小)

鷹巣南部学校給食センター

 献立中の数字は 左側がエネルギー(kcal)、 右側がたんぱく質(g) を表しています。 【基準値】 <table><tr><td>小</td><td>650</td><td>21.1~32.5</td></tr><tr><td>中</td><td>830</td><td>27.0~41.5</td></tr></table>	小	650	21.1~32.5	中	830	27.0~41.5	今月の北秋田市産 ◎ 米 ◎ 桃豚 ◎ 白神にんにく ◎ ねぎ ◎ とうもろこし ◎ だいこん ◎ 大豆 ◎ ふき ◎ しいたけ ◎ りんご 	 ポークランドの「桃豚」 きた あきたし ゆうち きぎょう 北秋田市には、誘致企業「ポークランドグルー プ」(小坂町)の農場があり、桃豚を飼育してい ます。19日(火)に、桃豚を使用した 「シシリアンライス」として給食に提供 します。 こうい かんしや ご厚意に感謝をしていただきましょう♪ 	1日(金)  ・背割りコッペパン ・かぼちゃひき肉フライ ・スパゲティナポリタン ・コンソメスープ <table><tr><td>小</td><td>603</td><td>21.3</td></tr><tr><td>中</td><td>798</td><td>27.3</td></tr></table>	小	603	21.3	中	798	27.3																			
小	650	21.1~32.5																																
中	830	27.0~41.5																																
小	603	21.3																																
中	798	27.3																																
4日(月)  【振替休日】	5日(火)  【振替休業日】	6日(水)  ・ごはん ・切干大根入り豚丼 ・豆腐のすまし汁 ・焼きいも 紅あずま使用予定 <table><tr><td>小</td><td>682</td><td>27.2</td></tr><tr><td>中</td><td>834</td><td>32.7</td></tr></table>	小	682	27.2	中	834	32.7	7日(木)  ・ごはん ・いわしの梅煮 ・がんもどきの煮物 ・ごまみそ汁 <table><tr><td>小</td><td>622</td><td>29.2</td></tr><tr><td>中</td><td>790</td><td>36.0</td></tr></table>	小	622	29.2	中	790	36.0	8日(金) 【かみかみ献立】  ・野菜たっぷり しょう油ラーメン ・かみかみタコメンチ ・青リンゴグミ <table><tr><td>小</td><td>617</td><td>27.5</td></tr><tr><td>中</td><td>779</td><td>31.7</td></tr></table>	小	617	27.5	中	779	31.7												
小	682	27.2																																
中	834	32.7																																
小	622	29.2																																
中	790	36.0																																
小	617	27.5																																
中	779	31.7																																
11日(月) 【減塩献立】  ・ごはん ・さばの塩焼き ・肉じゃがレップ ・鶏団子とキャベツの みそ汁 <table><tr><td>小</td><td>653</td><td>32.4</td></tr><tr><td>中</td><td>815</td><td>41.3</td></tr></table>	小	653	32.4	中	815	41.3	12日(火)  ・ごはん ・鮭フライ ・ふきと大根の炒め煮 ・じゃがいものみそ汁 <table><tr><td>小</td><td>638</td><td>26.7</td></tr><tr><td>中</td><td>807</td><td>32.7</td></tr></table>	小	638	26.7	中	807	32.7	13日(水)  ・ごはん ・そばろ丼 ・臭だくさんみそ汁 ・ヨーグルトレーズン <table><tr><td>小</td><td>643</td><td>29.4</td></tr><tr><td>中</td><td>807</td><td>36.8</td></tr></table>	小	643	29.4	中	807	36.8	14日(木)  ・ごはん ・鶏肉のさっぱり焼き ・枝豆入りひじきの煮物 ・いものこ汁 <table><tr><td>小</td><td>660</td><td>30.4</td></tr><tr><td>中</td><td>827</td><td>36.7</td></tr></table>	小	660	30.4	中	827	36.7	15日(金)  ・食パン ・ブラック&ホワイトチョコ ・あきたどっさり肉団子(小②中③) ・野菜のソテー ・麦のクリームシチュー <table><tr><td>小</td><td>644</td><td>24.8</td></tr><tr><td>中</td><td>801</td><td>29.4</td></tr></table>	小	644	24.8	中	801	29.4
小	653	32.4																																
中	815	41.3																																
小	638	26.7																																
中	807	32.7																																
小	643	29.4																																
中	807	36.8																																
小	660	30.4																																
中	827	36.7																																
小	644	24.8																																
中	801	29.4																																
18日(月)  ・ごはん ・から揚げ ・五目煮 ・チンゲン菜のみそ汁 <table><tr><td>小</td><td>710</td><td>29</td></tr><tr><td>中</td><td>836</td><td>32.5</td></tr></table>	小	710	29	中	836	32.5	19日(火) 【食育の日】 サキホコレ使 ★桃豚シシリアンライス (ごはん・臭・野菜・Pマヨネーズ)  ・ワンタンスープ ・ラフランスゼリー <table><tr><td>小</td><td>683</td><td>23.9</td></tr><tr><td>中</td><td>808</td><td>28.4</td></tr></table>	小	683	23.9	中	808	28.4	20日(水)  ・ごはん ・ひき肉のハヤシライス ・花野菜のソテー ・りんご 北秋田市のりんご使用! <table><tr><td>小</td><td>778</td><td>22.5</td></tr><tr><td>中</td><td>838</td><td>27.2</td></tr></table>	小	778	22.5	中	838	27.2	21日(木) 【和食献立】 11/24の和食に日にちなみ 和食を見直しましょう!  ・ごはん ・鮭の塩焼き ・煮じゃ昆布 ・豚汁 <table><tr><td>小</td><td>617</td><td>31.4</td></tr><tr><td>中</td><td>794</td><td>40.8</td></tr></table>	小	617	31.4	中	794	40.8	22日(金)  ・コーンたっぷり みそラーメン ・焼きギョウザ(小②中③) ・豆乳プリンタルト <table><tr><td>小</td><td>650</td><td>25.7</td></tr><tr><td>中</td><td>833</td><td>33.4</td></tr></table>	小	650	25.7	中	833	33.4
小	710	29																																
中	836	32.5																																
小	683	23.9																																
中	808	28.4																																
小	778	22.5																																
中	838	27.2																																
小	617	31.4																																
中	794	40.8																																
小	650	25.7																																
中	833	33.4																																
25日(月)  ・ごはん ・ポーク焼売 ・切干大根のナムル ・麻婆スープ ・マスカットゼリー <table><tr><td>小</td><td>653</td><td>25.3</td></tr><tr><td>中</td><td>835</td><td>32.0</td></tr></table>	小	653	25.3	中	835	32.0	26日(火)  ・ごはん ・鶏肉のにんにくソースがけ ・大根のさっぱり煮 ・じゃがいものみそ汁 <table><tr><td>小</td><td>655</td><td>30.6</td></tr><tr><td>中</td><td>823</td><td>37.2</td></tr></table>	小	655	30.6	中	823	37.2	27日(水)  ・ごはん ・ウインナーカレー ・カラフルソテー ・ミルクコーヒー <table><tr><td>小</td><td>745</td><td>22.5</td></tr><tr><td>中</td><td>906</td><td>27</td></tr></table>	小	745	22.5	中	906	27	28日(木) 【減塩献立】  ・ごはん ・ぶりのみそ漬けフライ ・垣々もやし ・まいたけ汁 <table><tr><td>小</td><td>638</td><td>26.1</td></tr><tr><td>中</td><td>807</td><td>31.6</td></tr></table>	小	638	26.1	中	807	31.6	29日(金)  ・黒糖コッペパン ・トマトソースハンバーグ ・イタリアンソテー ・やまだのきみシチュー むき身を保存していました! <table><tr><td>小</td><td>635</td><td>26.8</td></tr><tr><td>中</td><td>794</td><td>33.3</td></tr></table>	小	635	26.8	中	794	33.3
小	653	25.3																																
中	835	32.0																																
小	655	30.6																																
中	823	37.2																																
小	745	22.5																																
中	906	27																																
小	638	26.1																																
中	807	31.6																																
小	635	26.8																																
中	794	33.3																																

※ 材料の都合により、献立や食材の産地が変更になる場合があります。ご了承ください。

※ ひとり当たりにつく個数を②③で表しています。

ホームページで
学校給食を紹介中!

