

学校給食献立表

平成25年11月(20回)

長久手給食センター

曜日	献立名	血や肉や骨になる食品	体の調子を整える食品	はたらく力や体温になる食品	
1金	ぶたにくのしょうがいためだいこんサラダ きしめん	◎アセロラゼリー 牛乳	ぶたにく・あぶらあげ けずりぶし	しょうが・たまねぎ・だいこん きゅうり・チンゲンサイ・キャベツ にんじん・ねぎ・こまつな・アセロラゼリー	ごはん さとう・ごま こめあぶら・ごまあぶら きしめん
5火	とりにくのマーマレードやき アメリカンサラダ ミネストローネ	牛乳	とりにく・ベーコン サイコロチーズ	きゅうり・キャベツ・セロリ・たまねぎ にんじん・トマト・いんげん・パセリ	パン マーマレード ポテトチップス・マカロニ
6水	 ヘルシーバー ごぼうサラダ	牛乳	オイルツナ・ぶたにく とうふ・ゆば・けずりぶし ヘルシーバー	ごぼう・にんじん・だいこん・きゅうり とうもろこし・ねぎ・しめじ・みつば	ごはん わかめ さとう・でんぶ ごま・こめあぶら ごまあぶら
7木	ごもくうどん ちくわのいそべあげ(小2・中3) アーモンドあえ	牛乳	あぶらあげ・とりにく かまぼこ・けずりぶし ちくわ・あおりのこ	ねぎ・にんじん・ほししいたけ はくさい・ほうれんそう・もやし	うどん しらたま でんぶらこ・こめあぶら アーモンドこ・さとう
8金	よしなまからに ツナあまかけ はりはり	牛乳	とりにく・なまあげ たまはんべん・かきざりこんぶ けずりぶし・オイルツナ	たけのこ・にんじん・ほししいたけ きぬさや・きゅうり・たくあんづけ	ごはん こんにやく・さとう でんぶら・ごま
11月	さけのしおやき きゃべつのごまふり あわせみそ	◎かき 牛乳	さけ・とうふ・わかめ あぶらあげ・みそ しろみそ・けずりぶし	とうもろこし・キャベツ・いんげん にんじん・ねぎ・はくさい だいこん・かき	ごはん ごま・さとう
12火	だいのちりコンカン ウインナーとコーンのソテー フルーツのジュレあえ	牛乳	とりにく・ベーコン だいのちり・こなチーズ ウインナー	にんじん・パセリ・たまねぎ とうもろこし・ほうれんそう キャベツ・みかん・もも・パイン	あいの こめ バター・さとう アセロラジュレ
13水	とりにくからあげ ちゅうかスープ	牛乳	とりにく・ロースハム ぶたにく・とうふ	しょうが・にんにく・キャベツ きゅうり・もやし・にんじん はくさい・にら	ごはん でんぶら・こむぎこ ごま・こめあぶら さとう・ごまあぶら
14木	オムレツ とりにく・ワッフルソー グリーンサラダ	牛乳	オムレツ・とりにく・こなチーズ さようろうきゅうにゅう なまクリーム・チキンハム	たまねぎ・にんじん・パセリ きゅうり・キャベツ	クロ ロール じゃがいも・こむぎこ バター・こめあぶら オリーブあぶら・さとう
15金	そぼろごはん ほうれんそうとささみのあえ みそ汁	牛乳	とりひきにく・ささみ いわしボール・あぶらあげ けずりぶし・みそ・しろみそ	たまねぎ・ほししいたけ・グリーンピース にんじん・ほうれんそう・もやし はくさい・ねぎ・ごぼう	ごはん さとう・こめあぶら ごま
18月	こうやどうふのたまごと ちみじか	牛乳	たまご・とりにく こうやどうふ・あぶらあげ	たまねぎ・にんじん・いんげん ほししいたけ・ほうれんそう もやし・みかん	ごはん さとう・こめあぶら
19火	くさばのからあげにおろ さきのからあげおろし	◎いちじくのタルト 牛乳	さば・けずりぶし・とうふ あぶらあげ・みそ・とりにく	だいこん・しめじ・まいたけ にんじん・ごぼう・ねぎ・さんさい ほうれんそう・ほししいたけ	かま まい アル ファ ア ルフ ア か もち まい でん ぶ ら こ む ぎ こ さ とう こ め あ ぶ ら さ つ ま い も く り い ち じ く の タ ル ト
20水	さんまおかに さみずあ ごまじ	牛乳	さんまのおかに・わかめ とりにく・なまあげ けずりぶし	きゅうり・にんじん・だいこん ねぎ	ごはん ごま・こめあぶら さとう・でんぶら
21木	ミートソースかけ ポテトカップグラタン きゃべつとコーンのサラダ	牛乳	ぶたひきにく・こなチーズ ポテトカップグラタン ベーコン	たまねぎ・にんじん・グリーンピース とうもろこし・キャベツ・いんげん	めん ソフト バター・さとう オリーブあぶら
22金	カレーライス ハムサラダ ミニトマト(小2・中3)	牛乳	ぶたにく・こなチーズ チキンハム	にんじん・たまねぎ・トマト パナナ・りんご・キャベツ とうもろこし・きゅうり・ミニトマト	ごはん じゃがいも・こめあぶら こむぎこ・バター・さとう アーモンド・オリーブあぶら
25月	すいか おれんじ 1/4	牛乳	きゅうりにく・やきどうふ さきざみのり	にんじん・ねぎ・はくさい ほうれんそう・オレンジ	ごはん いとこんにやく・さとう こめあぶら・なまふ
26火	あじフリッター(小2・中3) たらこスパゲティ キャロットサラダ	牛乳	ベーコン・たらこ こなチーズ あじフリッター	たまねぎ・ピーマン・にんじん とうもろこし・きゅうり	ワッ クロ サン スパゲティ オリーブあぶら さとう・アーモンド
27水	だいしゅうまい(小2・中3) はっばうさい きゅうりのごまじょうゆあえ	◎グレープ フルーツゼリー 牛乳	だいしゅうまい ぶたにく・むきえび いか・うずらたまご	しょうが・にんじん・グリーンピース はくさい・たまねぎ・ほししいたけ きゅうり・グレープフルーツゼリー	ごはん ごまあぶら・でんぶ ごま・さとう
28木	えびピラフ あいちのやさいコロケ やさいたっぷりスープ	◎フルーツ ヨーグルト 牛乳	とりにく・ベーコン・むきえび フルーツヨーグルト あいちのやさいコロケ	にんじん・はくさい・セロリ たまねぎ・パセリ・とうもろこし グリーンピース	かま まい アル ファ A こめあぶら・じゃがいも バター
29金	みそおでん わふうツナサ り	牛乳	ぶたにく・たまはんべん うずらたまご・みそ オイルツナ	だいこん・にんじん・キャベツ きゅうり・りんご	ごはん さいとも・こんにやく さとう・ごまあぶら

◎は業者が直接学校へ配送します。

〈献立について〉

- 11月6日(水) 「ごぼうのサラダ」
月に一度のかみまる君の日です。
しっかりかんで食べてください。
- 11月11日(月) 柿がつけます。日本に昔からある季節の
果物です。
- 11月15日(金) そぼろごはんはご飯の上にそぼろをかけて
食べてください。
- 11月19日(火) 愛知を食べる学校給食の日です。秋の味
覚や地元でとれた産物を使っています。

長久手市の野菜が給食に登場します。

なつまいも	19日	青山義己さん
かぶ	22日	(有) 東海さん
ごぼう	19日	(有) 東海さん
れん草	19日	(有) 東海さん

都合により食材の変更をさせていただく場合があります。 古紙配合率100%再生紙を利用しています。白色度 70 %

食卓を囲んで、家族だんらんしませんか？

11月の第3日曜日は「家族の日」、その前後

1週間は「家族の週間」です。

「家族の日」「家族の週間」は、生命の大切さ、
家族の役割などについての理解を深めるために、

平成19年度、内閣
府によって定めら
れました。

ぜひこの機会に、お子さんと一緒
に食事の支度をしたり、ご家族で
食卓を囲んで、会話を楽しんでみては
いかがでしょうか。

11月17日は家族の日





保育所給食献立表

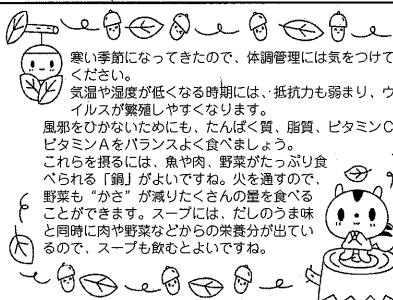
平成25年11月

長久手給食センター

曜日	献立名	牛乳・ジャム その他	材 料 名 など	主 食	お や つ
1 金	石 狩 汁 お さん ま の 和 煮 さ ん ま の 淡 雪	よいこ牛乳	はくさい・大根・豆腐・にんじん・さけ・干しいたけ・ ねぎ／キャベツ・にんじん・ほうれん草・油揚げ・かつおぶし	ごはん	玄米せんべい 野菜&果物ジュース
2 土	型 抜 き チ ー ズ ミ ニ ト マ ト	土曜日牛乳	* * * * *	おにぎり	
5 火	さ つ ま い も の シ チ ュ ー ブ ロ ッ コ リ ー の ご ま 和 え し し ゃ も フ リ ッ タ ー	いちごジャム よいこ牛乳	豚も肉・たまねぎ・にんじん・さつまいも・グリーンピース・ スキムミルク・バター／ブロッコリー・ごま	スライスパン	おさかなサブレ
6 水	豆 腐 の す ま し 汁 根 サ ラ ダ 焼 豚 肉 の し ょ う が	よいこ牛乳 ミニゼリー (りんご)	豆腐・かまぼこ・えのき・ほうれん草・干しいたけ／ 大根・きゅうり・ハム・ごま油／豚も肉・にんじん・ たまねぎ・しょうが	ごはん	ねじり揚げ
7 木	天 ぷ ら の ど ん 物 手 作 り か き あ げ ワ ン タ ン ス ー プ	よいこ牛乳	鶏も肉・にんじん・かまぼこ・干しいたけ・はくさい・ ねぎ／きゅうり・わかめ・しらす干し／さくらえび・ごぼう・ いんげん・たまねぎ	白玉うどん	バナナ
8 金	は る さ め の 炒 め も い フ ー ヨ ー ハ イ ズ	よいこ牛乳	豚も肉・はくさい・にんじん・干しいたけ・ワンタン・ ねぎ・ほうれん草／はるさめ・豚き肉・たまねぎ・ にんじん・チンゲン菜・干しいたけ・ごま油	ごはん	ミルクプリン
9 土	型 抜 き チ ー ズ ミ ニ ト マ ト	土曜日牛乳	* * * * *	おにぎり	
11 月	お 豆 の ド ラ イ カ レ チ ー ズ 入 り サ ラ ジ オ レ ン	よいこ牛乳	豚ひき肉・にんじん・たまねぎ・大豆／キャベツ・きゅうり・ とうもろこし・チーズ	ごはん	カリボデミニ
12 火	の つ べ い 汁 ひ じ き の 炒 め 風 コ ロ ッ	よいこ牛乳	里芋・大根・にんじん・ちくわ・こんにゃく・ごぼう・ 干しいたけ・ねぎ／ひじき・鶏も肉・油揚げ・枝豆	ごはん (各園炊飯)	ヨーグルト
13 水	海 鮮 中 華 飯 ナ ズ ム ー	よいこ牛乳	豚も肉・はくさい・にんじん・たまねぎ・干しいたけ・ あさり・いか・えび／もやし・ほうれん草・にんじん・ごま・ ごま油	ごはん	小魚ぼんせん
14 木	コ ー ン ク リ ー ム ス ー チ ー ズ サ ー チ ー ズ サ ー	よいこ牛乳	たまねぎ・とうもろこし・にんじん・パセリ・スキムミルク・ バター・粉チーズ／キャベツ・きゅうり・鶏ささみ／じゃがいも・ ベーコン・粉チーズ・パセリ・バター	バター ロールパン	ブルーベリーゼリー
15 金	み そ お り で ん ゆ か ば 巻 えき	よいこ牛乳	大根・こんにゃく・玉はんぺん・生揚げ・うずら卵・里芋／ キャベツ・きゅうり・ゆかり粉	ごはん	スティック菓子 発酵乳
16 土	一 口 チ ー ズ オ レ ン ジ	土曜日牛乳	* * * * *	おにぎり	
18 月	き し め ん 汁 い げ ん の ご ま 揚 か わ は ぎ の こ ま 揚	よいこ牛乳 ミニゼリー (洋なし)	きしめん・豚も肉・かまぼこ・油揚げ・にんじん・ ほうれん草・ねぎ・干しいたけ／いんげん・にんじん／ かわはぎ・ねぎ・ごま	ごはん	カステラドッグ
19 火	チ キ ン ラ イ ス ポ ー ケ ー の バ タ ー 焼	よいこ牛乳	米・鶏も肉・たまねぎ・にんじん・グリーンピース／ じゃがいも・ウインナー・たまねぎ・かぶ・キャベツ・ セロリ／さけ・バター	チキンライス	レモンタルト
20 水	吹 雪 の 寄 せ 煮 白 菜 の お 浸 し 豆 腐 の 団 子	よいこ牛乳	生揚げ・にんじん・たまねぎ・干しいたけ・いんげん・ 鶏も肉・えび／白菜・ほうれん草・ごま	ごはん	りんご
21 木	ち ゃ ん ぼ ん 麵 き ゅ う り の ご ま じ ょ う ゆ 和 じ	よいこ牛乳	キャベツ・はんぺん・豚も肉・もやし・ねぎ・たまねぎ・ にんじん・干しいたけ／きゅうり・ごま・ごま油	ソフト麺	カルテツウエハース 発酵乳
22 金	吉 野 目 汁 五 鶏 の 照 り 焼	よいこ牛乳	大根・鶏も肉・にんじん・生揚げ・ねぎ／大豆・にんじん・ ごぼう・干しいたけ・こんにゃく・昆布／鶏も肉	わかめごはん	アセロラゼリー
25 月	肉 じ ゃ 和 が え 千 草 や 露 い わ し 甘 煮	よいこ牛乳	じゃがいも・たまねぎ・いんげん・こんにゃく・豚も肉・ 干しいたけ・にんじん／ほうれん草・にんじん・キャベツ・ 油揚げ	ごはん	くまさんサブレ
26 火	中 切 華 ス ー 切 大 根 の サ ラ ダ あ じ の 南 蛮 だ	よいこ牛乳	マロニー・干しいたけ・ハム・はくさい・ねぎ／切干大根・ にんじん・きゅうり・ごま・ごま油／あじ・にんじん・ たまねぎ	ごはん (各園炊飯)	ブルーヨーグルト
27 水	親 子 漬 和 弁 福 け ん ち ん し の だ ご ま だ え	よいこ牛乳 きざみのり	たまご・鶏も肉・たまねぎ・にんじん／福神漬・ キャベツ／けんちんしのだ・ごま	ごはん	オレンジ
28 木	き の シ チ ュ ー コ ー ス ロ ー サ ラ 生 け ん ち ん し の だ ご ま だ え	よいこ牛乳 りんごジャム コールスロー ドレッシング	たまねぎ・にんじん・じゃがいも・マッシュルーム・ぶなしめじ・ 豚も肉・パセリ・粉チーズ・バター・生クリーム／キャベツ・ にんじん・とうもろこし／鶏も肉	スライスパン	水族館クッキー
29 金	生 揚 げ の み そ 炒 め 磯 香 と 和 え ミ ニ ト マ ト	よいこ牛乳 てづくりふりかけ	鮭フレーク・ゆかり粉・青のり粉・ごま／豚ひき肉・生揚げ・ にんじん・たまねぎ・干しいたけ・いんげん／ほうれん草・ キャベツ・のり	ごはん	蒸しパン
30 土	ソ ー セ ー バ ナ	白桃豆乳	* * * * *	エッグパン	

かぶ

これからの時期、旬を迎えます。
根は煮物、蒸し物、漬けもの、葉は炒め物、
汁物などに使われることが多いです。
根はビタミンCが多く、消化酵素を含むので
整腸作用があり、葉は緑黄色
野菜で、栄養を含んで
います。
給食では、19日の
「ふに」に
入ります。



材料名は献立別に記入してあります。
血や肉や骨になる食品……肉・魚・大豆・豆腐・牛乳など
働く力や体温となる食品……パン・ごはん・うどん・いも・油など
体の調子をととのえる食品……野菜・果物など
食事は楽しく バランスよく

都合により食材の変更をさせていただきます場合があります。

長久手市の野菜

10月上旬使用の「人参」、1日の「ほうれん草」、
28日の「じゃがいも」は長久手市でとれた野菜です。

古紙配合率100%再生紙を利用しています
白度色 70 %

