

給食だより 11月

2018年(平成30年)
福山市教育委員会
(学校保健課)

今月の給食目標

感謝して食べよう!

日に日に寒さが増し、秋も一段と深まってきました。

様々な食材が収穫の時期を迎え、食べ物がいっそうおいしくなる季節です。自然の恵みや、食に関わる人たちに感謝の気持ちをもって

こころをこめて、あいさつをしよう!

いただきます

動物・植物の命をいただくことへの感謝の気持ちが込められています。

ごちそうさま

食に関わるすべての人たちへ感謝の気持ちが込められています。



給食では、地場産物(ふくやまSUN・福山市内産・広島県内産)をできるだけ使用します。
(材料欄の**太字**で書いてある材料が地場産物です。天候等により使用できない場合もあります。)



←給食レシピ等はこちらから↓

福山市 学校給食 検索

今月の献立 ※ぎょうにゅうは、毎日あります

日(曜)	こんだてめい D班校 (神辺ブロック)	主な材料			調味料・だし等	E礼がー キカリー
		(き) 主に熱や力になるもの	(あか) 主に血や肉になるもの	(みどり) 主に体の調子を 整えるもの		
1 (木)	ごはん おでん はくさいのしらすあえ	ごはん くろざとう さとう	ぎょうにゅう とりにく うずらたまご こんぶ さつまあげ しらすぼし	だいこん れんこん こんにゃく はくさい もやし にんじん	みりん しょうゆ	(小)592 (中)735
2 (金)	びりんめし ぶたじる 熊本の郷土料理 アーモンドいりこ	ごはん あぶら さとう さつまいも アーモンドいりこ	ぎょうにゅう とうふ あぶらあげ ぶたにく ちゅうみそ	ごぼう にんじん ほししいたけ きりぼしだいこん たまねぎ だいこん ねぎ こんにゃく	みりん うすくちしょうゆ だしりこ	(小)655 (中)801
5 (月)	ごはん いもに 山形の郷土料理 いためなます なっとう	ごはん さといも さとう あぶら	ぎょうにゅう ぎょうにく しらすぼし なっとう	にんじん ごぼう こんにゃく しろねぎ だいこん	さけ しょうゆ す うすくちしょうゆ しお	(小)621 (中)760
6 (火)	ごはん あじつけのり しろみざかなの レモンソースあえ おんやさい はくさいのみそしる	ごはん かたくりこ あぶら さとう	ぎょうにゅう ホキ ぶたにく ちゅうみそ あじつけのり	レモン キャベツ にんじん はくさい ほししいたけ たまねぎ	さけ しょうゆ しお だしりこ	(小)648 (中)798
7 (水)	こがたパン きのこスパゲティ ひじきのごまマヨネーズ あえ ヨーグルト 神辺ブロック献立	パン スパゲティ あぶら しろごま マヨネーズ さとう	ぎょうにゅう ベーコン まぐろあぶらづけ ひじき ヨーグルト	たまねぎ にんじん こまつな エリンギ えのきだけ しめじ しいたけ にんにく きゅうり キャベツ	しお こしょう しょうゆ	(小)666 (中)886
8 (木)	うずみにじゃあ みかん... 旬の果物	ごはん さといも あぶら さとう	ぎょうにゅう とうふ えび とりにく あぶらあげ いりこ	ほししいたけ にんじん みつば ゆず だいこん こまつな みかん	しょうゆ だしりこ うすくちしょうゆ	(小)597 (中)731
9 (金)	さつまいものカレーライス ハムとコーンのサラダ	ごはん さつまいも あぶら さとう こむぎこ バター	ぎょうにゅう とりにく ロースハム	にんじん たまねぎ グリーンピース にんにく キャベツ とうもろこし	ウスターソース トンカツソース ケチャップ しお しょうゆ カレーこ す こしょう	(小)717 (中)882
12 (月)	ごはん みそカツ おんやさい わふうワントン 親善友好 都市献立 (愛知県岡崎市)	ごはん こむぎこ パンこ あぶら さとう ワントンめん	ぎょうにゅう ぶたにく はっちょうみそ あかみそ	キャベツ たまねぎ チンゲンさい にんじん ほししいたけ	しお こしょう みりん しょうゆ うすくちしょうゆ だしりこ	(小)687 (中)845

今月の献立 ※ぎゅうにゅうは、毎日あります

日 (曜)	こんだてめい D班校 (神辺ブロック)	主 な 材 料			調味料・だし等	E礼ギ- キカロリー
		(き) 主に熱や力になるもの	(あか) 主に血や肉になるもの	(みどり) 主に体の調子を 整えるもの		
13 (火)	ごはん さんまのうめ こんぶあえ かぶのみそしる  神辺ブロック 献立	ごはん さとう 神石産の 大豆を使用	ぎゅうにゅう さんま しおこんぶ ちゅうみそ とうふ あぶらあげ	キャベツ にんじん たまねぎ かぶ しめじ しょうが うめほし ねぎ	さけ す しお しょうゆ みりん だしiriこ	(小)666 (中)819
14 (水)	パン とりごぼうのクリームに グリーンサラダ	パン じゃがいも あぶら さとう こむぎこ バター	ぎゅうにゅう とりにく	たまねぎ ごぼう にんじん とうもろこし キャベツ きゅうり	しお こしょう とりがらスープ す	(小)617 (中)794
15 (木)	ごはん だいのいそに かつおあえ りんご... 旬の果物	ごはん じゃがいも あぶら さとう	ぎゅうにゅう だいの とりにく ちくわ ひじき かつおぶし	にんじん たまねぎ さやいんげん こんにゃく こまつな キャベツ りんご	みりん しょうゆ うすくちしょうゆ しお	(小)612 (中)752
16 (金)	ジャンボおにぎり たんたんめん だいこんの ちゅうかあえ 	ごはん ちゃんぽんめん さとう しろごま ごまあぶら あぶら	ぎゅうにゅう おにぎりのり こんぶつくだに ぶたにく	にんにく しょうが たまねぎ にんじん もやし チンゲンさい とうもろこし だいこん	トウバンジャン さけ しょうゆ しお こしょう とりがらスープ す うすくちしょうゆ	(小)598 (中)742
19 (月)	ごはん あげぎょうざ もやしのナムル みそキムチスープ	ごはん あぶら ごまあぶら しろごま はるさめ	ぎゅうにゅう ぎょうざ ぶたにく とうふ ちゅうみそ	もやし にんじん はくさい しめじ ねぎ	しお しょうゆ ガーリック こしょう さけ キムチのもと うすくちしょうゆ とりがらスープ	(小)640 (中)818
20 (火)	キムタクごはん ビーフンスープ かき... 旬の果物	ごはん あぶら ビーフン	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	はくさいキムチ たくあんづけ にんじん たまねぎ もやし ほししいたけ ねぎ かき	うすくちしょうゆ しお とりがらスープ	(小)618 (中)762
21 (水)	パン とりにくのてりに ポイルキャベツ ポテトスープ かくチーズ	パン さとう かたくりこ じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン チーズ	キャベツ にんじん たまねぎ とうもろこし パセリ	みりん しょうゆ さけ しお こしょう とりがらスープ	(小)614 (中)783
22 (木)	ごはん さばのてりやき ゆかりづけ こんさいじる 	ごはん さとう さつまいも	ぎゅうにゅう さば とうふ あぶらあげ ちゅうみそ	しょうが はくさい にんじん れんこん ねぎ	しょうゆ みりん ゆかり しお だしiriこ さけ す	(小)633 (中)779
26 (月)	むぎごはん こうやどうふのたまごとじ しらすとこまつなのあえもの	むぎごはん じゃがいも あぶら さとう	ぎゅうにゅう こうやどうふ たまご ぶたにく こんぶ しらすぼし	にんじん たまねぎ ほししいたけ さやいんげん こまつな もやし	しお しょうゆ す	(小)603 (中)757
27 (火)	あきのかおりごはん いりな しらたまじる 	ごはん くり さとう あぶら しらたまもち	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく あぶらあげ かつおぶし	ほししいたけ ねぎ しめじ にんじん えだまめ はくさい こまつな たまねぎ	しょうゆ しお みりん だしiriこ	(小)622 (中)776
28 (水)	パン Pumpkinパン やさいごろごろトマトにこみ フレンチサラダ 	パン Pumpkinパン じゃがいも あぶら さとう	ぎゅうにゅう とりにく ローズハム	たまねぎ にんじん えだまめ トマト みずな キャベツ レモン	おこのみソース みりん す ケチャップ こしょう しお トマトジュース	(小)639 (中)848
29 (木)	ごはん シアチャンドウフ ほうれんそうの ちゅうかあえ ふくやま 地産地消 献立	ごはん あぶら さとう ごまあぶら かたくりこ しろごま	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ あかみそ	にんにく しょうが にんじん たけのこ ほししいたけ キャベツ ほうれんそう もやし	トウバンジャン しょうゆ さけ とりがらスープ しお す	(小)639 (中)783
30 (金)	ししゃものからあげ	かたくりこ あぶら	ししゃも			(小)661 (中)835
	こいわしのからあげ せんだい メニュー	あぶら	こいわし			(小)654
	ごはん はくさいのレモンあえ さつまいものみそしる 	ごはん さつまいも	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ ちゅうみそ	はくさい レモン にんじん たまねぎ ごぼう ねぎ	うすくちしょうゆ しお だしiriこ	