

11月よていにごんだて

2023年

平取町教育委員会



月	火	水	木	金
がっ ぎょうしよくもくひょう ～11月 給食目標～ おはしやおわんを ただも 正しく持ちましょう ◎正しく持って、美しく食べましょう!!				
1	2	3	4	5
1 寄贈 新米ご飯 さつまいもと ごぼうのみそ汁 照り焼きチキン 小 643kcal 中 814kcal 赤 油揚げ みそ 鶏もも肉 鯖油揚げ かつお削り節 牛乳 黄 米 さつまいも 三温糖 米ぬか油 ごま油 白いりごま 緑 ごぼう 小ねぎ 玉ねぎ しょうが 白 菜 にんじん	2 リクエストメニュー リクエストしょうゆラーメン リクエストたこ焼き 小 596kcal 中 746kcal 豚もも肉 乾燥わかめ 豚骨 鶏ガラ 牛乳 中華生めん 米ぬか油 たこ焼き もやし ほうれん草 にんじん 長ねぎ 玉ね ぎ しょうが ぶどうゼリー	3 文化の日	6 寄贈 新米ご飯 かきたまみそ汁 ぶた肉の しょうが焼き 小 586kcal 中 710kcal 赤 鶏卵 みそ 豚かつ肉 ロース肉 牛乳 黄 米 三温糖 米ぬか油 白いりごま 緑 玉ねぎ にんじん 乾しいたけ 玉ね ぎ しょうが ほうれん草 白菜	7 寄贈 新米ご飯 じゃがいもと 油揚げのみそ汁 肉豆腐 小 666kcal 中 806kcal 油揚げ みそ 木綿豆腐 豚ばら肉 鯖油揚 け 牛乳 米 じゃがいも 米ぬか油 三温糖 白すり ごま 長ねぎ だいこん にんじん さやいんげん もやし 小松菜
8	9	10	11	12
8 寄贈 新米ご飯 ちゃんこ汁 たらフライ 小 597kcal 中 705kcal 鶏もも肉 油揚げ 剣道産豚フライ 牛乳 米 米ぬか油 ごま油 三温糖 白いりごま キャベツ にら 小松菜 ぶなしめじ しらた き ごぼう にんじん	9 リクエストメニュー リクエスト親子うどん リクエスト大学いも 小 679kcal 中 796kcal 鶏もも肉 鶏卵 油揚げ なたね 牛乳 干しうどん さつまいも 米ぬか油 三温糖 黒いりごま 乾しいたけ にんじん ごぼう 長ねぎ 温州 みかんゼリー	10 寄贈 新米ご飯 コンソメスープ タンドリーチキン 小 684kcal 中 839kcal ベーコン 鶏もも肉 プレーンヨーグルト 牛 乳 米 じゃがいも 米ぬか油 マカロニ マヨネ ーズ 玉ねぎ ビーマン キャベツ きゅうり にんじ ん 玉ねぎ みかん缶詰	13 寄贈 新米ご飯 ぶた汁 ぶりカツ きり干し大根の いため煮 小 707kcal 中 822kcal 赤 豚ばら肉 木綿豆腐 みそ 北海道産 ぶりカツさつま揚げ 干しひき牛乳 黄 米 じゃがいも 米ぬか油 三温糖 緑 しゅうまい 大根 干し大根 板こんに ゃく かつお大根 乾しいたけ さやいんげん	14 寄贈 新米ご飯 まいたけのみそ汁 ぶた肉の ごまみそ焼き 小 583kcal 中 703kcal 油揚げ 乾燥わかめ みそ 豚かつ肉 肉 赤みそ 焼きのり かつお削り節 牛乳 米 三温糖 白いりごま 米ぬか油 まいたけ 玉ねぎ にんじん 長ねぎ しょう が ほうれん草 もやし
15	16	17	18	19
15 ビビンバ わかめスープ りんご 小 661kcal 中 804kcal 豚ひき肉 みそ 乾燥わかめ 牛乳 米 麦 三温糖 白いりごま 米ぬか油 ごま 油 にんにく しょうが ほうれん草 もやし 大根 にんじん 長ねぎ りんご	16 スパゲッティ・ ミートソース フレンチサラダ 小 665kcal 中 767kcal 豚ひき肉 粉チーズ ハム 牛乳 スパゲッティ 米ぬか油 三温糖 玉ねぎ にんじん ビーマン さやいんげん 乾しいたけ しゅう まい トマトピューレ キャベツ きょうろ かんぱん 缶詰	17 十六雑穀ご飯 ポークカレー 福神漬 ブロッコリーサラダ 小 765kcal 中 991kcal 豚もも肉 牛乳 牧場の朝ヨーグルト 生乳 仕立て 米 国内産十六雑穀 じゃがいも 米ぬか 油 三温糖 カレールウ(2種) マヨネーズ 玉ねぎ にんじん にんにく 福神漬 ブロッ コリー とうもろこし	20 バターロール クリームシチュー 十勝大豆コロッケ 小 794kcal 中 943kcal 赤 鶏もも肉 牛乳 生クリーム 脱脂粉 乳 黄 バターロール じゃがいも オリーブオイル 米ぬ か油 十勝大豆コロッケ マヨネーズ 三温糖 緑 玉ねぎ にんじん エリンギ キャベツ きゅうり レタス レモン果汁	21 麦ご飯 かきたまみそ汁 みそ煮こみおでん ほうれん草と もやしのごまあえ 小 533kcal 中 654kcal 鶏卵 厚揚げ さつま揚げ うずら卵 焼き 竹輪 みそ 赤みそ 牛乳 米 麦 片栗粉 三温糖 白いりごま にんじん 長ねぎ 乾しいたけ 大根 板こ んにゃく ほうれん草 もやし
22	23	24	25	26
22 コーンピラフ じゃがいもと ウインナーのスープ 野菜もっチーズフライ 小 644kcal 中 747kcal 鶏胸肉 ウインナー 牛乳 米 バター じゃがいも 野菜もっチーズフ ライ 米ぬか油 玉ねぎ にんじん ビーマン とうもろこし 江 りんご 沖湯パインゼリー	23 ありがとう 勤労感謝の日	24 広島菜ご飯 玉ねぎとしめじの みそ汁 ぶた肉の さっぱり焼き 小 585kcal 中 718kcal いりこ菜めし 油揚げ 乾燥わかめ みそ 豚かつ肉 牛乳 米 麦 三温糖 米ぬか油 白いりごま ごま 油 玉ねぎ ぶなしめじ にんにく しょうが キャ ベツ もやし にんじん ビーマン	27 麦ご飯 たまごたけの みそ汁 とり肉と大根の 中華煮 小 601kcal 中 739kcal 赤 油揚げ みそ 鶏もも肉 ハム 牛乳 黄 米 麦 ごま油 三温糖 春雨 白いり ごま 緑 たまごたけ 玉ねぎ にんじん 大根 しょうが チンゲン菜 きゅうり	28 リクエストメニュー リクエストナン リクエストキーマカレー 野菜サラダ 小 572kcal 中 775kcal 豚ひき肉 生クリーム 牧場の朝いちごヨ ーグルト 牛乳 太平のナン 三温糖 小麦粉 米ぬか油 マ ヨネーズ 玉ねぎ にんじん ビーマン にんにく しょう が トマトピューレ キャベツ きゅうり レタス
29	30	31	1	2
29 ふるさと給食 「ニシバラランチ」 麦ご飯 豆腐とわかめのみそ汁 オオマイ立田 小 652kcal 中 779kcal 木綿豆腐 乾燥わかめ 油揚げ みそ オオ マイ立田 びろり和牛ばら肉 牛乳 米 麦 米ぬか油 ごま油 春雨 三温糖 にんじん 長ねぎ 竹の子 きくらげ もやし ビーマン にら しょうが にんにく	30 リクエストメニュー リクエスト塩ラーメン 焼きぎょうざ 小 599kcal 中 774kcal 豚もも肉 乾燥わかめ 豚骨 鶏ガラ 焼き 餃子 牛乳 中華生めん 米ぬか油 白いりごま もやし ほうれん草 にんじん 長ねぎ 玉ね ぎ しょうが りんご	31 ふるさと給食「ニシバラランチ」 「チャップチェ」に使用するび ろりと和牛は平取町より 寄贈されます。 感謝の気持ちでおいしくい ただきしょう!! ★牛乳は、毎日つきます。★都合 により、献立が一部変更になること がありますのでご了承ください。	1 文化の日	2 文化の日