

平成30年度11月分献立表（小学校）

筑紫野市学校給食共同調理場

月	火	水	木	金
<p>共食 食について考えよう！毎月19日は食育の日 家族や仲間とご飯を食べよう！</p> <p>..... 普段の食事をチェックしてみましょう</p> <p><input type="checkbox"/> 一人で食事をとることが多い <input type="checkbox"/> 食事を抜くことがある <input type="checkbox"/> 食事の時間をあまり楽しめていない <input type="checkbox"/> テレビや携帯を見ながら“ながら食べ”をしている <input type="checkbox"/> 誰かと一緒に食べていてもあまり会話がな</p> <p>誰かと一緒に食事をすれば 心が満たされ笑顔になれる 食事の時間を誰かと共に♪</p>			<p>1</p> <p>麦ご飯 家常豆腐 焼き餃子 春雨の酢の物</p>	<p>2</p> <p>麦ご飯 野菜のうま煮 さんまの生姜煮 わかめとじゃこのさつと煮 柿</p>
<p>5</p> <p>鶏じゃこ豆腐丼(麦ご飯) 魚そうめん汁 野菜炒め 一食アーモンド (代)一食黒糖ビーンズ</p>	<p>6</p> <p>麦ご飯 ワタンスープ 大豆とレバーの揚げ煮 海藻サラダ 一食やさいふりかけ</p> <p>【鉄人献立】</p>	<p>7</p> <p>胚芽食パン 秋野菜のシチュー ツナと野菜のソテー りんご</p>	<p>8</p> <p>麦ご飯 高野豆腐の煮物 ししゃも磯の香フライ カリフラワーの甘酢和え</p> <p>【行事食:いい歯の日】</p>	<p>9</p> <p>麦ご飯 豚汁 しらす入り玉子焼き 五目きんぴら</p>
<p>12</p> <p>麦ご飯 春雨スープ 肉団子の甘酢あん アーモンド入り中華サラダ</p>	<p>13</p> <p>麦ご飯 みそ汁 さばの塩焼き 切干大根の煮付け</p>	<p>14</p> <p>ぶどう食パン あさり入りトマトスパゲティ 野菜とウインナーのソテー オレンジ 一食ミルクコーヒー</p>	<p>15</p> <p>麦ご飯 きのこ汁 豚の香味焼き さつま芋とアーモンドのサラダ</p> <p>【ファイバー献立】</p>	<p>16</p> <p>ビーフカレー(麦ご飯) 福神漬け フルーツヨーグルト</p>
<p>19</p> <p>麦ご飯 厚揚げの煮物 小松菜の和え物 みかん</p>	<p>20</p> <p>麦ご飯 呉汁 メンチカツ れんこんのアーモンド炒め</p>	<p>21</p> <p>ワンローフパン わかめときのこのスープ 鶏の照煮 ホットポテトサラダ 一食チーズ (代)一食いりこ</p>	<p>22</p> <p>麦ご飯 みそおでん いわし佃煮 ほうれん草と春菊の香りและ</p> <p>【地場産献立:春菊】</p>	<p>23</p> <p>勤労感謝の日 ありがとう</p> 
<p>26</p> <p>しそ麦ご飯 しっぽうどん あじフライ 大根のオリーブ和え</p> <p>【郷土料理:香川県】</p>	<p>27</p> <p>麦ご飯 麻婆豆腐 野菜のアーモンド炒め みかん</p>	<p>28</p> <p>ワンローフパン トマトクラムチャウダー ほうれん草オムレツ コールスロー</p>	<p>29</p> <p>吹き寄せご飯 (麦ご飯 吹き寄せご飯の具) お吸い物 いわしのみぞれ煮</p> <p>【和食の日】</p>	<p>30</p> <p>麦ご飯 肉じゃが 茎わかめの炒め煮 いりこのふりかけ</p>

☆材料入荷の都合などにより、献立を変更することがあります。

☆牛乳は毎日あります。

☆献立表裏面の★印については、各学校に配布した資料「平成30年度学校給食で使用する物資一覧(★印表)」に詳しく記載しています。資料につきましては、各学校にお問い合わせください。

☆アレルギー代替食については、(代)で記載しています。

☆裏面のアレルギー表示の※印の表示は、その加工品に※印の食品は含まれていませんが、同じ製造工場に※印の食品を含む加工品が製造されていることを表しています。

☆学年により、主食や副食の量が違うことがあります。

☆食物アレルギーや献立内容などお尋ねになりたいことがありましたら、共同調理場へご連絡ください。TEL923-6466

鉄人献立・・・レバーと大豆には鉄がたくさん含まれています。

行事食(いい歯の日)・・・11月8日は「いい歯」の日です。歯にいい食べ物をとりいれています。

ファイバー献立・・・さつま芋には、食物繊維がたくさん含まれています。

地場産献立・・・春菊は、筑紫野市近郊でとれたものを使用する予定です。

郷土料理・・・香川県の料理です。うどん、オリーブは香川県の特産品です。

和食の日・・・日本は季節によってさまざまな食材がとれるため、和食ではそれらを使った様々な料理がつくられています。