

11月 こんだてひょう



平成27年11月

那賀町相生学校給食センター

日	曜	こんだてひょう		ざいりょうめい			
				あか (ちやくになる)	き (ねつやちからになる)	みどり (からだのちようしをとのえる)	
2	月	むぎ 麦ごはん	牛乳 ハツ ^{しよくあげ} 2色揚 ^{ぶた} 豚汁 ^に ひじきの炒り煮	ハンペン ぎゅうにゅう あおのり たまご みそ さつまあげ ぶたにく だいず ひじき とうふ	こむぎこ こめ あぶら さとう	こんにやく ねぎ だいこん にんじん いんげん	
4	水	な か ぐん えき でん たい かい 那 賀 郡 駅 伝 大 会					
5	木	ピタパン	牛乳 やさい 野菜カレーそぼろ コンソメスープ ヨーグルト ^{あえ} 和	ヨーグルト ぶたにく ぎゅうにゅう みそ だいず パーコン		ピタパン ほうさい にんじん たまねぎ さとう れんこん しいたけ ピーマン あぶら おうとう パセリ みかん バイ	
6	金	むぎ 麦ごはん	牛乳 サバみぞれ煮 ^に とさ ^{あえ} みそ汁 ^{しる} 土佐和	ぎゅうにゅう サバ みそ あぶらあげ かつおぶし	さとう おしむぎ じゃがいも こめ	だいこん キャベツ もやし チンゲンサイ にんじん こまつな たまねぎ	
9	月	むぎ 麦ごはん ひじきのり	牛乳 にく 肉じゃが きりぼし ^{いん} す ^{もの} 切干大根の酢の物	かにかま ぎゅうにゅう のり さつまあげ ひじき ぎゅうにく ぶたにく	こめ おしむぎ じゃがいも さとう ごま	きりぼしだいこん にんじん たまねぎ こんにやく いんげん たけのこ キャベツ	
10	火	こがた 小型コッパパン りんご	牛乳 アサリのクリームスパゲティ ごぼうサラダ	あさり ぎゅうにゅう ベーコン	スパゲティ 小むぎこ ドレッシング パン バター あぶら	マッシュルーム しめじ にんじん えのき ほうれんそう たまねぎ ごぼう きゅうり キャベツ りんご コーン	
11	水	むぎ 麦ごはん たまご 卵ふりかけ	牛乳 サマ塩焼き ^{しおや} みそ汁 ^{しる} レコンキンびら	サンマ ぎゅうにゅう あぶらあげ みそ たまご	さつまいも こめ おしむぎ さとう あぶら ごま	れんこん にんじん ねぎ こんにやく たまねぎ	
12	木	あ コッパ揚げパン	牛乳 ミートボール ^に 煮 ツナサラダ	ミートボール ツナ ぎゅうにゅう	さとう じゃがいも あぶら パン ドレッシング	ブロッコリー ヤングコーン にんじん たまねぎ しめじ トマト きゅうり キャベツ	
13	金	オープンスクールの代休					
16	月	さんさい 山菜入り かきませ	牛乳 さんさい じる 根菜 汁 チーズ	ちりめん ぎゅうにゅう たまご こうやどうふ あぶらあげ ぶたにく さつまあげ チーズ	きんときまめ こめ さとう さつまいも	ゆずす さんさい だいこん こんにやく ごぼう ねぎ にんじん	
17	火	なると きんとき 鳴門金時パン	牛乳 とり ^{にく} 鶏肉 ^{ふうみ} レモン風味 ^{ポテ} グリーンリーフスープ	ベーコン とり ^{にく} ぎゅうにゅう	さつまいも パン でんぶん あぶら さとう じゃがいも	レモン グリーンリーフ にんじん だいこん たまねぎ	
18	水	ごはん	牛乳 に 煮込みおでん ^す わかめの酢 ^{もの} の物	がんとどき うずらたまご さつまあげ ぎゅうにゅう とり ^{にく} わかめ ちりめん	さといも さとう こめ		にんじん キャベツ こんにやく だいこん きゅうり
19	木	ゆずパン	牛乳 さつま芋 ^{いも} オムレツ ^{ポト} サラダ みかん	ウインナ たまご ぎゅうにゅう	パン マヨネーズ じゃがいも	ゆず ^{きゅうり} にんじん たまねぎ キャベツ みかん コーン れんこん	
20	金	ライスグラタン	牛乳 コンソメスープ りんご	とり ^{にく} チーズ ぎゅうにゅう わかめ ベーコン	バター 小むぎこ パンこ こめ じゃがいも	りんご たまねぎ にんじん グリーンピース	
24	火	こがたこくろ 小型黒糖パン	牛乳 イカのさらさ揚げ ^あ いかにんてん ^す 糸寒天 ^{あげ} サラダ ^に スープ	イカ ぎゅうにゅう かんでん ベーコン	くろざとう パン でんぶん ドレッシング じゃがいも あぶら	しょうが キャベツ コーン きゅうり たまねぎ にんじん いんげん	
25	水	むぎ 麦ごはん オレンジ	牛乳 オイスターソース ^{いた} 炒め ^{たい} だいず ^こ に ^{ほし} あげ ^に 大豆と小煮干揚 ^煮 煮	こにほし だいず ぎゅうにゅう ぶたにく	ごまあぶら あぶら おしむぎ でんぶん さとう ごま こめ	ヤングコーン オレンジ キャベツ もやし しょうが たけのこ たまねぎ にんじん	
26	木	こがた 小型コッパパン こざかな 小魚アーモンド	牛乳 ごもく 五目うどん ^{サタ} たけ 竹ちくわ	ちくわ ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ ひじき こざかな	うどん パン ドレッシング アーモンド	ごぼう にんじん たまねぎ ねぎ キャベツ きゅうり	
27	金	ピピンバ	牛乳 ちゅうか 中華スープ ブル ^ー ベリーゼリー	ぎゅうにく ぶたにく ぎゅうにゅう たまご みそ ミートボール	ゼリー じゃがいも こめ ごまあぶら さとう ごま	こまつな しょうが もやし にんにく ほうれんそう にんじん たまねぎ	
30	月	むぎ 麦ごはん のざわな 野菜漬 ^け	牛乳 とり ^{にく} 鶏肉 ^に ごぼううま煮 ^煮 するめ ^あ 和え	するめ ぎゅうにゅう あつあげ とり ^{にく}	こめ おしむぎ さとう ごまあぶら	れんこん のざわな にんじん こんにやく いんげん ごぼう たけのこ キャベツ きゅうり	

物資の購入, その他の都合による変更をご了承ください。