

こんだてひょう

11月

月	火	水	木	金
3 ぶんかひ 文化の日	4 ちゃんぽんめん ぎゅうにゅう 牛乳 しゅうまい コーン焼売 (前後3個) くだものかん 果物缶(スライスパン)	5 ミートボールカレーライス ぎゅうにゅう 牛乳 やさい 野菜のナムル オレンジゼリー	6 コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳 かぼちゃとコーンのスープ メンチカツ (前後1個) てや 照り焼きチキンの中華サラダ	7 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁(大根・なめこ) ぶりフライ (前後1個) ほいこうろう 回鍋肉
10 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁(白菜・えのきたけ) あつや たまご 厚焼き卵 (前後1個) ひじきの炒め煮	11 カレーうどん ぎゅうにゅう 牛乳 いもだんご (前後1個) きゃべつ キャベツの棒々鶏	12 おやこ 親子どんぶり ぎゅうにゅう 牛乳 きんぴら きんぴら包み焼き (前後1個) やさい 野菜のごまあえ	13 こくとう 黒糖パン ぎゅうにゅう 牛乳 こんさい 根菜のコンソメスープ あじつきにくだんご 味付肉団子 (前後2後3個) スパゲティサラダ	14 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 もやし中華スープ や 焼きぎょうざ (前後2後3個) まあぼうどうふ 麻婆豆腐
17 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 いもだんご汁 さばのみそ煮 (前後1個) き ぼ だいこん 切り干し大根煮	18 しお 塩ラーメン ぎゅうにゅう 牛乳 はるま 春巻き (前後2後3個) フルーツのヨーグルトあえ	19 キーマカレーライス ぎゅうにゅう 牛乳 ブロッコリーサラダ パックドレッシング(イタリアン) プリン	20 コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳 クリームシチュー てや 照り焼きチキン (前後1個) コーンサラダ	21 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁(じゃがいも・わかめ) とり 鶏のから揚げ (前後2後3個) ちゅうかいた 中華炒め
24 11月平均栄養価 前期 後期 たんぱく質 27.0g 32.9g 脂 質 21.4g 25.6g 食塩相当量 2.0g 2.7g	25 あんかけ焼きそば ぎゅうにゅう 牛乳 とうふ しゅうまい 豆腐焼売 (前後2後3個) くだものかん あまなつ 果物缶(甘夏みかん) ※ほたて	26 ガパオライス ぎゅうにゅう 牛乳 ポトフ くだものかん おうとう 果物缶(黄桃)	27 バーガーパン ぎゅうにゅう 牛乳 コーンスープ ハンバーグ (前後1個) わふう 和風サラダ	28 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 みそ汁(もやし・わかめ) いわしのみそ煮 (前後1個) にく 肉じゃが
	742/911	678/835	667/902	601/708

○献立は物資等の都合により、事前の連絡なく変更する場合があります。ご了承ください。

○Eメールは、lunch@town.yubetsu.lg.jpです。ご意見お待ちしております。

○給食費はすべて食材を購入するために使われています。未納とならないようお願いいたします。

○献立の  マークは、その日に使用を予定している地元産食材を紹介しています。



11月のメニューのご紹介

◇今月使用するほたては、地元 寺本商店 様から寄贈していただいたほたてです。地元の恵みに感謝して美味しくいただきます。

◇12日(水) きんぴら包み焼き: 鶏肉のハンバーグにきんぴらを包んだものです。