

令和5年度 11月

ジュリエンって？
フランスごでせんぎりのことだよ。

こんだてひょう

熊取町教育委員会

日・曜	1日(水)	2日(木)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	13日(月)	14日(火)	15日(水)
献立名	ごはん ぶたじる あげぎょうざ わかめのつくだに ジョア(ブルーベリー)	しんメニュー ホットドッグ ジュリエンヌスープ ぎゅうにゅう	ピビンパ どうふいりちゅうかスープ ぎゅうにゅう	しんメニュー コッペパン やさしいスープ しるみそがなのチリソースかけ のむヨーグルト(アシッドミルク)	きのこごはん きつねうどん つくねだんこのにも ぎゅうにゅう	コッペパン クリームシチュー まめサラダ ぎゅうにゅう	ぶたみそどん ちゅうかスープ ぎゅうにゅう	ごはん どうふいりみそしる ポークしょうが のむヨーグルト(コアコア)	あげパン マカロニスープ フランクフルトのきのこソース ぎゅうにゅう	カレーライス ひじきのサラダ ぎゅうにゅう
材料名および三食栄養	せいはいくまい	せわりコッペパン	せいはいくまい	コッペパン	せいはいくまい	コッペパン	せいはいくまい	せいはいくまい	コッペパン(あげパンよう)	せいはいくまい
	ぶたにく	ベーコン	とりにく	ベーコン	きのごはんのもと	とりにく	とりにく	とりにく	あげあぶら	ぶたにく
	さつまいも	だいこん	とうふ	じゃがいも	すしあげ	さけ	はくさい	はくさい	グラニューとう	じゃがいも
	たまねぎ	たまねぎ	はくさい	にんじん	きょうちしょうゆ	じゃがいも	にんじん	あぶらあげ	とりにく	たまねぎ
	にんじん	にんじん	にんじん	ホールコーン	だじる	たまねぎ	もやし	だいこん	シェルマカロニ	にんじん
	もやし	こまつな	にら	キャベツ	うどん	にんじん	ニラ	にんじん	にんじん	サラダあぶら
	ごぼう	うすくちしょうゆ	うすくちしょうゆ	うすくちしょうゆ	とりにく	パセリ	うすくちしょうゆ	ごぼう	ごぼう	たまねぎ
	あおねぎ	しお	しお	しお	かまぼこ	こむぎこ	しお	あおねぎ	キャベツ	カレーウ
	あかみそ	こしょう	こしょう	こしょう	にんじん	バター	こしょう	とうにゅう	うすくちしょうゆ	ウスターソース
	しるみそ	ローレル	とりがら	とりがら	あおねぎ	サラダあぶら	とりがら	あかみそ	しお	しお
	けずりぶし	とんこつ	とんこつ	とんこつ	うすくちしょうゆ	ぎゅうにゅう	とんこつ	しるみそ	こしょう	こしょう
	だしじる	スープ	スープ	スープ	うすくちしょうゆ	こなチーズ	スープ	けずりぶし	とりがら	みず
	ギョウザ	フランクフルト	ぶたにく	たら	しお	しお	ぶたにく	だしじる	ぶたにく	だいたず
	あげあぶら	キャベツ	にんにく	こむぎこ	けずりぶし	こしょう	つちしょうが	だじる	たまねぎ	フランクフルト
	わかめのつくだに	サラダあぶら	さとう	かたくり	だしこんぶ	とりがら	こいくちしょうゆ	さけ	たまねぎ	しめじ
ジョア(ブルーベリー)	しお	こいくちしょうゆ	あげあぶら	だじる	スープ	さけ	さとう	たまねぎ	ピーマン	
	こしょう	サラダあぶら	サラダあぶら	とりにく	ポンスレスハム	たまねぎ	さとう	つちしょうが	えのきたけ	
	1しよくケチャップ	りよくとうもやし	つちしょうが	にんにく	だいたず	こまつな	さとう	サラダあぶら	ケチャップ	
	ぎゅうにゅう	ほうれんそう	にんにく	ケチャップ	にんじん	ほししいたけ	こいくちしょうゆ	ウスターソース	みず	
		にんじん	さとう	さとう	えだまめむきみ	にんにく	さけ	みりん	ぎゅうにゅう	
		ごまあぶら	こいくちしょうゆ	こいくちしょうゆ	わふうドレッシング	あかみそ	のむヨーグルト(コアコア)			
		さとう	とうぼんじゃん	とうぼんじゃん	ぎゅうにゅう	どうぼんじゃん				
		こいくちしょうゆ	チリパウダー	チリパウダー		こいくちしょうゆ				
		みず	とりがら	とりがら		さとう				
			かたくり	かたくり		さけ				
			のむヨーグルト(アシッドミルク)	のむヨーグルト(アシッドミルク)		みりん				
						ぎゅうにゅう				

エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質
575kcal 16.7g 12.5g	587kcal 23.8g 27.1g	515kcal 24.2g 16.5g	600kcal 27.6g 14.6g	579kcal 26.9g 18.6g	648kcal 26.4g 25.6g	511kcal 23.0g 15.1g	573kcal 24.9g 13.0g	625kcal 25.4g 30.8g	675kcal 20.8g 24.4g	

赤: 赤色の食品... 体をつくるものになるもの
 黄: 黄色の食品... 熱や力になるもの
 緑: 緑色の食品... 体の調子をととのえるもの

こんげつ としよ きゅうしよく

今月の図書給食


がつ にち きん くまどり

11月17日(金) 熊取コロッケ 「11ぴきのねことあほうどり」

ほぼ さく しや

馬場のぼる作 こぐま社

11ぴきのねこは、コロッケ屋さんを始めます。ねこたちの食事は、いつも売れ残りのコロッケです。
 コロッケに飽きて、鳥の丸焼きが食べたくなってきたねこたちのところに、あほうどりがやってきます。
 おいしそうにコロッケを食べるあほうどり。
 さて、ねことあほうどりはどうなるのでしょうか？ 学校図書館で読んでくださいね。



令和5年度 11月

くまとりちようで
そだてた
さといもをつかって
いるよ

こんだてひょう

小学校用

熊取町教育委員会

日・曜	16日(木)	17日(金)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	24日(金)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)
献立名	こがたパン ちゅうかそば ナムル チョコクリーム ぎゅうにゅう	しんメニュー としょきゅうしょく ごはん とりすきに くまとりコロッケ ぎゅうにゅう	しんメニュー (は) ごはん チゲふうぶたじる チキンなんぼん ぎゅうにゅう	コッペパン イタリアンスープ ポテトソー のむヨーグルト(アソドミルク)	しんメニュー ちゅうかどん とうふいりわかめスープ さつまいもとりのこめコタル ぎゅうにゅう	ごはん ちゃんこじる さばのみそに あじつけのり ぎゅうにゅう	ごはん いなかみそしる きりぼしだいこんのもの ツナそぼろ ぎゅうにゅう	こがたパン ミートスパゲティ ブロッコリーのサラダ ぎゅうにゅう	ごはん ワントンスープ マーボーとうふ ぎゅうにゅう	こくとうパン コーンスープ ぶたにくとピーマンのいためもの のむヨーグルト(コアコア)
材料名および三食栄養	こがたパン 黄 ちゅうかめん 黄 ぶたにく 赤 はくさい 緑 たまねぎ 緑 にんじん 緑 たけのこ 緑 あおねぎ 緑 うすくちしょうゆ 緑 しお 緑 さとう 黄 こしょう 黄 とりがら 黄 とんこつ 黄 スープ 黄 りよくとうもやし 緑 にんじん 緑 やきぶた 赤 ニラ 緑 ごまあぶら 黄 こいくちしょうゆ 黄 さとう 黄 いりごま 黄 サラダあぶら 黄 とうぼんじゃん 黄 チョコクリーム 黄 ぎゅうにゅう 赤	せいはいくまい 黄 とりにく 赤 はくさい 緑 たまねぎ 緑 にんじん 緑 やきどうふ 赤 いとこんにやく 黄 ふ 黄 さとう 黄 こいくちしょうゆ 黄 さけ 黄 みりん 黄 けずりぶし 黄 だしじる 黄 くまとりコロッケ 黄 あげあぶら 黄 ぎゅうにゅう 赤	せいはいくまい 黄 ぶたにく 赤 キムチ 赤 はくさい 緑 たまねぎ 緑 こまつな 黄 にんじん 緑 えのきたけ 緑 にんにく 緑 のむヨーグルト(アソドミルク) 赤 えのきたけ 緑 にんにく 緑 つちしょうが 緑 サラダあぶら 黄 コチュジャン 黄 こいくちしょうゆ 黄 あかみそ 赤 けずりぶし 赤 だしじる 赤 とりにく 赤 かたくりこ 赤 あげあぶら 黄 さとう 黄 す 黄 こいくちしょうゆ 黄 みりん 黄 ノンエッグタルタルソース 黄 ぎゅうにゅう 赤	コッペパン 黄 ミニウインナー 赤 にんじん 赤 キャベツ 緑 セロリ 緑 シェルマカロニ 黄 にんにく 緑 トマトピューレ 緑 ケチャップ 緑 うすくちしょうゆ 黄 さとう 黄 こしょう 黄 とりがら 黄 とんこつ 黄 スープ 黄 サラダあぶら 黄 とりがら 赤 スープ 赤 ベーコン 赤 じゃがいも 赤 パセリ 緑 サラダあぶら 黄 しお 黄 こしょう 黄 のむヨーグルト(アソドミルク) 赤 かたくりこ 黄 とりがら 黄 とんこつ 黄 スープ 黄 さつまいもとりのこめコタル 黄 ぎゅうにゅう 赤	せいはいくまい 黄 とりにく 赤 とうふ 赤 もやし 緑 にんじん 緑 えのきたけ 赤 わかめ 赤 うすくちしょうゆ 赤 こしょう 黄 とりにく 赤 とんこつ 赤 スープ 赤 ぶたにく 赤 イカ 赤 うずらたまご 赤 はくさい 赤 たまねぎ 赤 にんじん 赤 たけのこ 赤 ほししいたけ 赤 うすくちしょうゆ 赤 さけ 赤 しお 赤 こしょう 黄 かたくりこ 黄 とりがら 黄 とんこつ 黄 スープ 黄 さつまいもとりのこめコタル 黄 ぎゅうにゅう 赤	せいはいくまい 黄 とりにく 赤 とりにく 赤 つきこんにやく 赤 だいこん 緑 にんじん 緑 ごぼう 赤 あおねぎ 赤 うすくちしょうゆ 赤 けずりぶし 赤 だしじる 赤 さば 赤 つちしょうが 赤 あかみそ 赤 しるみそ 赤 さとう 黄 こいくちしょうゆ 赤 みりん 赤 けずりぶし 赤 だしじる 赤 ツナ 赤 あじつけのり 赤 ぎゅうにゅう 赤	せいはいくまい 黄 ぶたにく 赤 しらたまだんご 赤 たまねぎ 緑 にんじん 緑 えのきたけ 緑 あおねぎ 赤 あかみそ 赤 しるみそ 赤 けずりぶし 赤 だしじる 赤 きりぼしだいこん 赤 にんじん 赤 あぶらあげ 赤 さとう 黄 こいくちしょうゆ 赤 みりん 赤 けずりぶし 赤 だしじる 赤 ツナ 赤 つちしょうが 赤 いりごま 赤 こいくちしょうゆ 赤 みりん 赤 さとう 赤 ぎゅうにゅう 赤	こがたパン 黄 ハーフスパゲティ 黄 ぶたミンチ 赤 たまねぎ 緑 にんじん 緑 セロリ 緑 にんにく 緑 サラダあぶら 黄 トマトピューレ 赤 ケチャップ 赤 ウスターソース 赤 しお 赤 こしょう 黄 フランクフルト 赤 ブロッコリー 赤 ホールコーン 赤 ノンエッグマヨネーズ 黄 ぎゅうにゅう 赤	せいはいくまい 黄 とりにく 赤 はくさい 赤 にんじん 赤 ニラ 黄 ワントンのかわ 黄 うすくちしょうゆ 黄 しお 黄 こしょう 黄 とりがら 黄 とんこつ 黄 スープ 黄 ぶたにく 赤 たけのこ 赤 ピーマン 赤 あかパブリカ 赤 つちしょうが 赤 サラダあぶら 黄 こいくちしょうゆ 黄 さとう 黄 にんにく 赤 あかみそ 赤 かたくりこ 黄 サラダあぶら 黄 ごまあぶら 黄 さとう 黄 こいくちしょうゆ 黄 みりん 黄 とうぼんじゃん 黄 とりがら 黄 とんこつ 黄 スープ 黄 ぎゅうにゅう 赤	こくとうパン 黄 とりにく 赤 じゃがいも 赤 たまねぎ 赤 ホールコーン 赤 にんじん 赤 うすくちしょうゆ 赤 しお 赤 こしょう 黄 とりがら 黄 とんこつ 黄 スープ 黄 ぶたにく 赤 たけのこ 赤 ピーマン 赤 あかパブリカ 赤 つちしょうが 赤 サラダあぶら 黄 こいくちしょうゆ 黄 さとう 黄 にんにく 赤 あかみそ 赤 かたくりこ 黄 サラダあぶら 黄 ごまあぶら 黄 さとう 黄 こいくちしょうゆ 黄 みりん 黄 とうぼんじゃん 黄 とりがら 黄 とんこつ 黄 スープ 黄 ぎゅうにゅう 赤
中学年	エネルギー/たんぱく質/脂質 528kcal 21.7g 22.2g	エネルギー/たんぱく質/脂質 608kcal 24.7g 18.7g	エネルギー/たんぱく質/脂質 636kcal 32.2g 20.4g	エネルギー/たんぱく質/脂質 566kcal 20.4g 14.6g	エネルギー/たんぱく質/脂質 579kcal 22.1g 18.0g	エネルギー/たんぱく質/脂質 602kcal 29.6g 21.3g	エネルギー/たんぱく質/脂質 608kcal 22.3g 15.8g	エネルギー/たんぱく質/脂質 583kcal 23.5g 22.5g	エネルギー/たんぱく質/脂質 522kcal 24.0g 16.4g	エネルギー/たんぱく質/脂質 586kcal 24.0g 14.4g

赤: 赤色の食品... 体をつくるもとになるもの
黄: 黄色の食品... 熱や力になるもの
緑: 緑色の食品... 体の調子をととのえるもの

◇都合により、献立が一部変更になる場合があります。

◇(は)マークの献立は、かみこたえのある食材を使用しています。よくかんで食べましょう。

◇給食のエネルギー量は文部科学省「日本食品標準成分表八訂」に基づき算出しています。



	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂肪(g)
基準栄養量	650	21~33	14~22
今月平均栄養量	585	24.2	19.1