11月のよていこんだて

月	火	水	木	金
2日	**3日**	**4日**	**5日**	**6日**
焼豚チャーハン 鶏肉の竜田揚げ フルーツミックス		角食 ポトフ ほっけのごまフライ きなこクリーム	キーマカレー あさりのカリッとサラダ	長崎ちゃんぽん（えび入り） スパイシーポテト バナナ
胚芽米,大麦,豚肉,長ねぎ,生姜,にんにく,にんじん,玉ねぎ,ｺｰﾝ,椎茸,ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ,ごま油,醤油/鶏肉,醤油,生姜,小麦粉,油/みかん缶,パイン缶,りんご缶,黄桃缶,なし缶,上白糖		角食（卵・ｽｷﾑﾐﾙｸ）/チキンウインナー,ベーコン,キャベツ,じゃがいも,にんじん,だいこん,グリーンピース,醤油/ほっけ,小麦粉,卵,パン粉,白ごま/豆乳,きな粉,コーンスターチ,バター	白飯/豚肉,玉ねぎ,にんじん,ｾﾛﾘ,生姜,にんにく,大豆水煮,ﾚｰｽﾞﾝ,小麦粉,ｶﾚｰ粉,トマト缶,醤油/あさり,生姜,小麦粉,油,きゅうり,キャベツ,にんじん,醤油,ごま油,白ごま	ソフトラーメン,豚肉,にんにく,むきえび,つと,もやし,にんじん,玉ねぎ,キャベツ,たけのこ,チンゲンツァイ,黒きくらげ,醤油,ごま油,生姜,長ねぎ/じゃがいも,油,塩,胡椒,ｶﾚｰ粉/バナナ
9日	**10日**	**11日**	**12日**	**13日**
きのこごはん 味噌汁 高野豆腐のフライ 厚別北小：振替休業日	ご飯 芋団子汁 かれい唐揚げ バーベキューソース のりとあさりの佃煮	豆パン コーンクリームスープ 白花豆コロッケ アップルゼリー	ご飯 けんちん汁　醤油味 いわしのかばやき開き からし和え	塩ラーメン 大学芋 スライスパイン
胚芽米,大麦,油揚げ,にんじん,ごぼう,ひじき,えのきたけ,ぶなしめじ,たもぎたけ,椎茸,ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ,醤油/厚揚げ,こまつな,みそ/凍り豆腐,醤油,小麦粉,ごま,卵,パン粉,白ごま,油	白飯/鶏肉,じゃがいも,にんじん,だいこん,ごぼう,油,長ねぎ,醤油/かれい唐揚(黒がれい、でん粉他),油/あさり,生姜,もみのり,ひじき,醤油,水あめ	豆パン（卵・ｽｷﾑﾐﾙｸ・甘納豆）/コーン,ベーコン,玉ねぎ,にんじん,小麦粉,バター,牛乳,ｽｷﾑﾐﾙｸ,チーズ/白花豆ｺﾛｯｹ（白花豆、ﾊﾞﾀｰ、ｽｷﾑﾐﾙｸ、小麦粉他）,油/りんご,粉寒天 厚別通小：給食11:50～	白飯/鶏肉,豆腐,こんにゃく,にんじん,だいこん,ごぼう,長ねぎ,醤油/まいわし,小麦粉,油,醤油,生姜,白ごま/ハム,こまつな,もやし,醤油	ソフトラーメン,豚肉,にんにく,メンマ,つと,もやし,にんじん,玉ねぎ,はくさい,長ねぎ,ほうれん草,塩わかめ,醤油/さつまいも,油,水あめ,醤油,酢,黒ごま/パイン缶
16日	**17日**	**18日**	**19日**	**20日**
ツナライス メンチカツ サイコロサラダ	ご飯 じゃがいものそぼろ煮 揚げぎょうざ たたききゅうり	コッペパン クリームシチューカレー風味 小松菜とベーコンのサラダ 洋なし缶	ビビンバ かぼちゃチーズフライ フルーツミックス	パスタシーフード トマトソース ストローポテトサラダ
胚芽米,大麦,豆腐,焼き豆腐,まぐろ水煮,にんじん,ごぼう,椎茸,ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ,醤油/メンチカツ(豚肉・パン粉・玉ねぎ・小麦粉他),油/ハム,にんじん,きゅうり,ｺｰﾝ,醤油,ごま油	白飯/豚肉,じゃがいも,玉ねぎ,にんじん,大豆水煮,切り干し大根,ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ,椎茸,生姜,醤油,みそ/ぎょうざ(キャベツ、玉ねぎ、ネギ、にら、豚肉、鶏肉、醤油、小麦粉他),油/きゅうり,ごま油,白ごま	コッペパン（卵・ｽｷﾑﾐﾙｸ）/豚肉,ｶﾚｰ粉,ｾﾛﾘ,じゃがいも,玉ねぎ,にんじん,パセリ,小麦粉,バター,油,ｶﾚｰﾙｳ,牛乳,豆乳,ｽｷﾑﾐﾙｸ,チーズ/ベーコン,こまつな,もやし,醤油,白ごま/なし缶	胚芽米,大麦,豚肉,焼き豆腐,メンマ,にんじん,こまつな,もやし,白ごま,長ねぎ,生姜,にんにく,醤油,ごま油/かぼちゃチーズフライ(かぼちゃ、チーズ、パン粉、牛乳他),油/みかん缶,パイン缶,黄桃缶,なし缶	ソフトパスタ,ベーコン,むきえび,いか,あさり,玉ねぎ,にんじん,ﾏｯｼｭﾙｰﾑ,ｾﾛﾘ,にんにく,小麦粉,トマト缶,醤油/ハム,キャベツ,きゅうり,ｺｰﾝ,じゃがいも,醤油,白ごま
23日	**24日**	**25日**	**26日**	**27日**
	ご飯 とり天 味噌汁 ごま和え 和食の日	レーズンパン 白菜と肉ボールのクリーム煮 ほうれん草とコーンのサラダ 柿	豚すき丼 味噌汁 きびなごのカリカリフライ	きつねうどん ごまみそポテト りんご
	白飯/鶏肉,醤油,生姜,にんにく,卵,小麦粉,油/凍り豆腐,塩わかめ,長ねぎ,みそ/ほうれんそう,はくさい,ごま,醤油	レーズンパン（卵・ｽｷﾑﾐﾙｸ・レーズン）/豚肉,すりみ,焼き豆腐,玉ねぎ,はくさい,にんじん,ﾏｯｼｭﾙｰﾑ,パセリ,小麦粉,バター,チーズ,ｽｷﾑﾐﾙｸ,牛乳,豆乳/ほうれん草,ｺｰﾝ,白ごま,醤油/かき	白飯/豚肉,しらたき,玉ねぎ,たけのこ,たもぎたけ,ほうれん草,醤油/じゃがいも,カットわかめ,長ねぎ,みそ/フライ(きびなご、マッシュポテト、でん粉他)	ソフトめん,油揚げ,つと,椎茸,長ねぎ,たもぎたけ,ほうれん草,醤油/じゃがいも,油,みそ,ごま/りんご
30日				
ごぼうピラフ ブリカツ 大根サラダ				
胚芽米,大麦,バター,ベーコン,ごぼう,玉ねぎ,にんじん,にんにく,ｺｰﾝ,パセリ,醤油/ぶりカツ(ぶり、パン粉他),油/だいこん,まぐろ水煮,きゅうり,にんじん,白ごま,醤油				

・MILK　♪牛乳は毎日200mLつきます。
・MEMO　♪給食で使用している主な食材を載せています。
（/は、献立の区切りです。）

※食材については、旬や価格を考慮して選んでいますので変更になる場合があります。
※あさり・昆布・わかめ・しらす干し等の海産物全般でエビ・カニの微量混入の可能性があります。