きゅうしょくだより 11月

令和8年
10月30日 札幌市立ひばりが丘小学校

月	火	水	木	金
2 焼豚チャーハン コーンフライ 果物 みかん	3 文化の日	4 背割コッペ ポトフ きびなごカリカリフライ きなこクリーム	5 和風そぼろごはん みそ汁(キャベツ・油揚げ) 揚げポークシューマイ	6 カレーうどん 青のりポテト 果物 柿
胚芽精米・大麦・油・豚肉・長ネギ・生姜・にんにく・にんじん・玉ネギ・ホールコーン・干しいたけ・グリンピース・ゴマ油・コーンフライ[とうもろこし]パン粉・生乳・小麦粉分・植物油脂・さとう・全粉乳]・みかん		コッペパン・ナチュラルウィンナー[とり肉・豚肉・粉末状植物性たん白]・バラベーコン・キャベツ・じゃが芋・にんじん・大根・さやいんげん・きびなご[カリカリフライ[きびなご・わかめ・とうもろこし・ばれいしょ]・上白糖・生姜・じゃが芋乾燥マッシュポテト・でん粉(とうもろこし・じゃが芋)・米粉・パン粉・玄米粉・なたね油・パーム油]・油・豆乳・きな粉・きびさとう・コーンスターチ・バター	米・とり肉・やきどうふ・切り干し大根・干しいたけ・ひじき・ゴマ・生姜・油・ごぼう・にんじん・きびさとう・キャベツ・油あげ・ポークシューマイ[玉ネギ・豚肉・牛肉・でん粉・粒状大豆たん白・さとう・小麦粉分・加工でん粉(タピオカ)]	ソフトめん・とり肉・油あげ・にんじん・玉ネギ・たけのこ水煮・ごぼう・干しいたけ・ほうれんそう・たもぎ茸水煮・長ネギ・小麦粉分・油・きびさとう・フレンチポテト[じゃが芋・パーム油]・青のり・柿
9 ごぼうピラフ ブリカツ 大根サラダ	10 ご飯 みそ汁(高野豆腐・小松菜) とり天 切り干し大根の煮付け	11 黒コッペ 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 果物 スライスパイン	12 肉炒め丼 みそ汁(大根・油揚げ) 果物 柿	13 パスタ ボンゴレ 人参とコーンのサラダ
胚芽精米・大麦・バター・バラベーコン・ごぼう・玉ネギ・にんじん・にんにく・ホールコーン・パセリ・油・ブリカツ[ぶり・パン粉・小麦粉分・ショートニング・植物油脂(パーム・なたね・大豆)・ぶどう糖・とうもろこしでん粉・小麦粉分・でん粉分・さとう・乾燥おから・小麦粉分・とうもろこし粉分・グラニュー粉分・植物油脂・なたね油・パーム油・加工デンプン]・みかん缶・パイン缶・りんご缶・黄桃缶・梨缶・上白糖	米・高野どうふ・小松菜・とり肉・生姜・にんにく・小麦粉分・卵・でん粉分・油・切り干し大根・油あげ・つきこんにゃく・さつまあげ・にんじん・てんさい糖・きびさとう	くろコッペ・豚肉・セロリー・油・じゃが芋・玉ネギ・にんじん・パセリ・小麦粉分・バター・牛乳・豆乳・スキムミルク・チーズ・バラベーコン・小松菜・もやし・きびさとう・ゴマ・パイン缶	米・豚肉・メンマ・にんじん・油・もやし・ほうれんそう・玉ネギ・りんご・きびさとう・生姜・にんにく・でん粉分・ゴマ油・ゴマ・大根・油あげ・柿	ソフトパスタ・あさり水煮・大豆水煮・玉ネギ・にんじん・マッシュルーム水煮・セロリー・生姜・にんにく・油・パセリ・小麦粉分・トマトピューレ・ホールトマト缶・きゅうり・ホールコーン・きびさとう
16 ツナライス チキンナゲット フルーツミックス	17 ご飯 じゃが芋のそぼろ煮 揚げいわしハンバーグ からし和え	18 フィッシュバーガー (横割りパン・たらフライ・タルタルソース) ポークシチュー 果物 柿	19 キーマカレー あさりの スパゲティサラダ	20 塩ラーメン ごまポテト 果物 スライスパイン
胚芽精米・大麦・やきどうふ・まぐろ水煮・にんじん・ごぼう・干しいたけ・グリンピース・油・きびさとう・チキンナゲット[とり肉・粒状植物性たん白・パン粉・でん粉・さとう・乾燥おから・小麦粉分・とうもろこし粉分・グラニュー粉分・植物油脂・なたね油・パーム油・加工デンプン]・みかん缶・パイン缶・りんご缶・黄桃缶・梨缶・上白糖	米・豚肉・じゃが芋・玉ネギ・にんじん・大豆水煮・切り干し大根・さやいんげん・干しいたけ・生姜・油・くろさとう・いわしハンバーグ[粒状植物性たん白・玉ネギ・にんじん・ネギ・魚肉すりみ(たら)・粉末状植物性たん白・でん粉分・いわし・生姜ペースト・さとう・乾燥マッシュポテト・にんにくペースト・植物油脂]・ちくわ・小松菜・もやし・きびさとう	横割りパン・たらフライ[すけとうだら・パン粉(小麦粉分・ショートニング・植物油脂(パーム・なたね・大豆)・ぶどう糖・とうもろこしでん粉・じゃが芋でん粉・さつま芋でん粉分・バターミックス(小麦粉分・ラ後粉分)]・きびさとう・豚肉・にんにく・セロリー・じゃが芋・にんじん・玉ネギ・さやいんげん・油・小麦粉分・トマトピューレ・ホールトマト缶・柿	あさり水煮・スパゲティ・きゅうり・きびさとう・ゴマ油・ゴマ	ソフトラーメン・豚肉・生姜・にんにく・油・メンマ・ねと・もやし・にんじん・玉ネギ・白菜・長ネギ・ほうれんそう・わかめ・フレンチポテト[じゃが芋・パーム油]・ゴマ・きびさとう・パイン缶
23 勤労感謝の日	24 振替休業日	25 ロールパン 南瓜シチュー コールスローサラダ 果物 黄桃缶	26 ご飯 みそ汁(豆腐・わかめ) ハンバーグおろしソース 五目きんぴら	27 五目うどん 大学芋 果物 みかん
		ロールパン・バラベーコン・南瓜・玉ネギ・パセリ・小麦粉分・バター・油・牛乳・豆乳・チーズ・スキムミルク・キャベツ・にんじん・ホールコーン・上白糖・黄桃缶	米・とうふ・わかめ・長ネギ・ハンバーグ[とり肉・豚肉・玉ネギ・粒状植物性たん白・でん粉分・粉末状植物性たん白・果糖ぶどう糖液糖・ぶどう糖加工品・加工油脂・加工でん粉]・油・大根・生姜・きびさとう・でん粉分・ごぼう・にんじん・こんにゃく・ひじき・いんげん・油あげ・さやいんげん・ゴマ	ソフトめん・とり肉・油あげ・つと・にんじん・ほうれんそう・ごぼう・長ネギ・干しいたけ・たもぎ茸水煮・きびさとう・さつま芋・油・水あめ・くろさとう・ゴマ・みかん
30 ビビンバ 南瓜チーズフライ 果物 黄桃缶	よていこんだて ・牛乳は毎日つきます ・パンには小麦粉分・卵・スキムミルクが使われています ・油は菜種油を使っています ・天候等の影響で使用食材が変更になる場合があります ・海産物(魚介類貝類・海藻類など)には、小さなエビカニ・タコ・イカなどが混入している場合があります ・魚を原料としているフライ等には骨が残っている場合があります ・お子様がアレルギーをおもちで、アレルゲン食材を自己除去する場合は当日、お子様への確認をお願いします。		11月の予定 1日(日) 開校記念日 21日(土) 学習発表会 24日(火) 振替休業日	
胚芽精米・大麦・豚肉・やきどうふ・メンマ・長ネギ・生姜・にんにく・油・きびさとう・ゴマ油・にんじん・小松菜・もやし・ゴマ・南瓜チーズフライ[南瓜・チーズフード・パン粉分・さとう・牛乳・マーガリン・小麦粉分・植物油脂・米粉分・粉末状大豆たん白・ぶどう糖・でん粉分・加工デンプン]・黄桃缶				