



13日
(木)

エスカロップ

エスカロップは、北海道の根室市で生まれた料理です。1963年ころに、根室市内のレストランで漁師さんのためのメニューとして考えられたのが始まりです。今では、根室の郷土料理として定着し、よく食べられています。

たけのこが入ったバターライスの上にとんかつをのせ、デミグラスソースをかけます。



17日
(月)

ボルシチ

ボルシチは、ビーツを使ったロシアの料理です。ビーツの赤い色が鮮やかなスープです。ビーツは、オランダやオーストラリアなどが主な産地ですが、北海道の羽幌町、石狩市でも特産品として栽培が盛んです。地域でとれたものを地場産物といいます。地場産物を地域で消費することを「地産地消」といいます。北海道でとれた栄養豊富なビーツを給食で味わいましょう。



18日
(火)

石狩鍋

石狩鍋は、今から140年くらい前に生まれた石狩市の郷土料理です。漁師さんがとってきた鮭と野菜のぶつ切りを入れ、みそ味の鍋で食べたのが始まりです。その後、石狩の鮭料理の店が「石狩鍋」としてメニューに取り入れ、たくさんの人に広まりました。鮭一匹を残さず使う北海道らしさがいっぱいの料理です。給食では、鮭、豆腐、野菜の他に山椒も入れ、香り良く仕上げています。



14日
(金)

ジンギスカン丼

ジンギスカンは、北海道の郷土料理です。羊の牧場が、大正時代に滝川と札幌の月寒にできたことから、北海道にジンギスカンが根づきました。

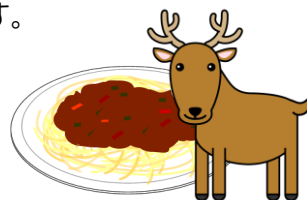
もともとは羊毛をとるために飼育されていましたが、やがて食用として広まりました。ジンギスカンのもとになった料理は、中国の「鍋羊肉(コウヤンロウ)」という羊の肉をつかった料理だといわれています。



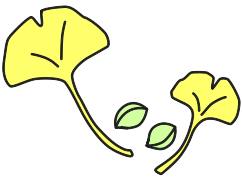
19日
(水)

鹿肉のミートソース

北海道だけに生息する「エゾシカ肉」を使い、今回はミートソースを作ります。最近では、野生の数が増えすぎたことによる、農作物への被害も大きくなっています。地場産物として無駄なく、おいしく食べることは、自然を守ることに繋がります。シカ肉は牛肉などに比べ、たんぱく質と鉄分が豊富です。また、脂質が少ないので、健康的な食材として注目されています。



11月 予定献立

月	火	水	木	金
3 文化の日 	4 ご飯 肉片湯 (ローペンタン) 十勝大豆コロッケ★ ごま和え 米/豚肉・生姜・かたくり粉・人参・白菜・干しいたけ・たけのこ・ほうれん草・長ねぎ・ごま油・鶏がらスープ/じゃが芋・大豆・玉ねぎ・マッシュポテト・パン粉・小麦粉・油(コーン・大豆)/かたくり粉(コーン)/小松菜・もやし・ごま	5 塩ラーメン 大学芋 パイン缶★ ソフトめん・豚肉・玉ねぎ・人参・生姜・にんにく・もやし・玉ねぎ・マヨ・白菜・ほうれん草・長ねぎ・塩わかめ・ごま油・ごま・スープ(鳥がら・豚骨・煮干し・昆布・生姜)/さつま芋・水あめ・黒砂糖・ごま	6 ビビンバ エビバーグ★ (バーベキューソース) りんご はいが精米・大麦・焼き豆腐・豚肉・マヨ・長ねぎ・生姜・にんにく・人参・もやし・ほうれん草・ごま油・ごま・トウモロコシ/えび・たらすりみ・玉ねぎ・かたくり粉・卵白・はちみつ・ソース(玉ねぎ・生姜・にんにく・かたくり粉)	7 カレーライス 野菜のしょうゆ漬 米/鶏肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・セロリ・りんご・生姜・にんにく・グリーンピース・小麦粉・カレー粉・ケチャップ・鶏がらスープ/大根・きゅうり・人参・水あめ
10 角食 ポテトスープ チキンカツ きなこクリーム	11 ご飯 豆腐の オイスターソース煮 ひじき入りぎょうざ★ おひたし	12 たぬきうどん チーズポテト 国産温州みかんゼリー★	13 エスカロップ ほうれん草とコーンの サラダ	14 ジンギスカン丼 みそ汁 うの花コロッケ★
ベーコン・じゃが芋・人参・玉ねぎ・パセリ・鶏がらスープ・スープ(鳥がら・玉ねぎ)/鶏肉・小麦粉・卵・パン粉/豆乳・きなこ・コンスタチ・バター	米/豆腐・豚肉・ピーマン・長ねぎ・人参・たけのこ・生姜・にんにく・オイスターソース・かたくり粉・鶏がらスープ/豚肉・キャベツ・ひじき・豚脂・鶏肉・長ねぎ・かたくり粉・ごま油・生姜・しいたけ・ホタテエキス・カキエキス・小麦粉/小松菜・もやし・糸かつお	ソフトめん・揚げ玉(あさり・さくらえび・かたくちいわし・煮干し・人参・春菊・ごぼう・切り干し大根・ひじき・小麦粉・卵)・鶏肉・つと・小松菜・長ねぎ・たまご・たけのこ・干しいたけ・だし汁(むろあじ・宗田かつお・昆布)/じゃが芋・バター・チーズ・牛乳・ストロベリー/みかん果汁・ぶどう糖・果糖ぶどう糖液糖	はいが精米・大麦・バター・パセリ・たけのこ・かつ(豚肉・小麦粉・卵・パン粉)・ソース(玉ねぎ・人参・生姜・にんにく・ケチャップ・トマトピューレ・中濃ソース・デミグラスソース・鶏がらスープ・小麦粉) // ハム・ほうれん草・コーン・ごま	米/羊肉・生姜・にんにく・玉ねぎ・もやし・ピーマン・人参・りんご・ケチャップ・トウモロコシ・かたくり粉/大根・油揚げ・みそ・だし汁(むろあじ・昆布)/じゃがいも・ごぼう・人参・玉ねぎ・おから・ひじき・イソリン・パン粉・小麦粉・かたくり粉・大豆
17 ロールパン ボルシチ 白身魚のハーブ焼き パイン缶★	18 ご飯 石狩鍋 ごまザンギ のりの佃煮	19 鹿肉入り ゆであげミートソース フレンチポテト スイート グレープゼリー★	20 焼豚チャーハン かぼちゃコロッケ★ 黄桃缶★	21 鶏ミックス丼 みそ汁 みかん ※5組の給食はありません。
ベーコン・ポークリザー(豚肉・水あめ)・じゃがいも・人参・玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・セロリ・にんにく・パセリ・タマネギ・ケチャップ・中濃ソース・デミグラスソース・鶏がらスープ/たら・にんにく・パン粉・粉チーズ・パセリ・バジル・オリーブ油	米/鮭・豆腐・キャベツ・人参・つきこんにゃく・玉ねぎ・しめじ・長ねぎ・みそ・だし汁(むろあじ・宗田かつお・昆布)/鶏肉・生姜・にんにく・卵・かたくり粉・ごま/のり・ひじき・水あめ	スパゲティ・オリーブ油・パセリ・豚肉・鹿肉・人参・玉ねぎ・大豆水煮・マッシュルーム・セロリ・にんにく・小麦粉・トマトピューレ・ケチャップ・デミグラスソース・中濃ソース・鶏がらスープ/フレンチポテト(じゃがいも・バター油)/ぶどう糖果汁・果糖ぶどう糖液糖・ぶどう糖・デキストリン	はいが精米・大麦・豚肉・長ねぎ・生姜・にんにく・人参・玉ねぎ・コーン・干しいたけ・グリーンピース・ごま油/かぼちゃ・パン粉・マッシュポテト・玉ねぎ・脱脂粉乳・米粉・小麦粉	米/鶏肉・生姜・かたくり粉・小麦粉・厚揚げ・玉ねぎ・たけのこ・人参・ピーマン・干しいたけ・ごま/高野豆腐・塩わかめ・長ねぎ・みそ・だし汁(むろあじ・昆布)
24 勤労感謝の日 振替休日 	25 ご飯 じゃがいものぼろ煮 かわいい唐揚げ★ (おろしソース) しょうが和え 米/豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・大豆水煮・切り干し大根・さやいんげん・干しいたけ・生姜・黒砂糖・みそ・だし汁(昆布)/かわいい・かたくり粉・たれ(大根・生姜)/ほうれん草・もやし・生姜	26 カレーラーメン 白花豆コロッケ★ 黄桃缶★	27 ごぼうピラフ さんまごまフライ みかん	28 ご飯 マーボー豆腐 野菜春巻★ ナムル
	米/豆腐・豚肉・生姜・人参・にんにく・長ねぎ・干しいたけ・みそ・オイスターソース・トウモロコシ・ごま油・かたくり粉・キャベツ・ひじき・豚肉・春雨・玉ねぎ・人参・かたくり粉・オイスターソース・小麦粉・水あめ・大豆油/ハム・小松菜・もやし・人参・ごま油・トウモロコシ・ごま	ソフトめん・豚肉・マヨ・生姜・にんにく・もやし・玉ねぎ・人参・白菜・長ねぎ・ほうれん草・わかめ・小麦粉・カレー粉・みそ・トマトピューレ・りんご・スプ(鳥がら・豚骨・煮干し・昆布・玉ねぎ・人参)/白花豆・マッシュポテト・バター・小麦粉・パン粉・かたくり粉・大豆	はいが精米・大麦・バター・ベーコン・ごぼう・人参・玉ねぎ・にんにく・コーン・パセリ/さんま・生姜・小麦粉・卵・ごま・パン粉/ほうれん草・もやし・のり	

◇給食で使用する主な食材を表示しています。（/は献立の区切りです）★印は加工品です。

◇牛乳 200ml は、毎日つきます。◇中濃ソースには、りんごが含まれます。

◇野菜・くだものについては、収穫状況等の影響により、急遽使用中止や、他の食材への変更もありますので、あらかじめご了承ください。

◇しらす干しやわかめなど、海産物全般において、小さなかに、えび、貝殻が混入している場合がありますのでご了承ください。

※11月25日（火）の献立にあります「かれい唐揚げ」は、製造段階で、内臓と魚卵を取り除いたものを使用いたしますが、業者によりますと、混入する場合があるとのことでしたのでお知らせいたします。