



給食週間始まります！

11月17日～21日の期間、給食週間を実施します。給食を通じて感謝して食べる心、食べ物を大切にすることを育てることをねらいとしています。給食週間の期間、「給食室のヒミツ！」をテーマとして、給食がどのように作られているのか、今月の食育放送で給食室の様子を放送します。自分たちが食べている学校給食がどのように作られているかを見て、作り手の思いを知ることによって自らの健康を考えるきっかけになればと思います。



給食室では3つ繋がったシンクで、野菜を3回に分けて洗います。その際に虫がついていないか、傷んでいるものはないか、よく見ながら作業を行っています。



学校炊飯の混ぜご飯や主菜は大きな回転釜で作ります。回転釜は1度に350リットル（2リットルのペットボトル175本分）の水を入れることができます。



屯田南小学校で作られた給食はコンテナに入れ、トラックで屯田西小学校へ運ばれます。保温食缶を使用し、温かい給食を届けられるように工夫しています。



11月24日は「和食の日」

11月24日は、「いい（11）日本食（24）」という語呂合わせから、和食文化の保護と継承を目的とした「和食の日」です。和食には以下の4つの特徴があり、平成25年12月にはユネスコ無形文化遺産に登録されました。

①多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重	②健康的な食生活を支える栄養バランス
③自然の美しさや季節の移ろいの表現	④正月などの年中行事との密接な関わり

11月予定献立

月	火	水	木	金
3日 文化の日 	4日 パスタシーフード トマトソース 青のりポテト 北産野菜	5日 ごぼうピラフ ほっけフライ パイン缶 北産野菜	6日 ご飯 味噌おでん いわしスパイス揚げ のりの佃煮	7日 ツイストパン ポテトグラタン ほうれん草と コーンのサラダ りんご缶 北産野菜
	◆ベーコン・むきえび・たんざくいか・あさり・たまねぎ・にんじん・マッシュルーム・セロリー・小麦粉・ケチャップ・トマトピューレ・鶏がらスープ ◆じゃがいも・油・食塩・青のり	◆はちの精米・大麦・バター・ベーコン・ごぼう・たまねぎ・にんじん・ホールコーン・食塩・醤油 ◆ほっけ・清酒・小麦粉・鶏卵・パン粉	◆焼き竹輪・ひじき入りがんも・うすら卵・板こんにゃく・にんじん・だいこん・ふき水煮・醤油・赤味噌・白味噌 ◆いわし開き・かたくり粉・小麦粉・カレー粉・チリパウダー ◆もみのり・ひじき・醤油・てんさい糖・水あめ	◆ベーコン・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・マッシュルーム・小麦粉・バター・チーズ・スキムミルク・牛乳・豆乳・鶏がらスープ ◆ほうれん草・ホールコーン・白こま・穀物酢・醤油
10日 味噌かつ丼 すまし汁 おひたし	11日 きつねうどん チーズポテト パイン缶	12日 ツナライス レバー入り メンチカツ ごま和え	13日 肉炒め丼 キャベツの味噌汁 黄桃缶	14日 黒コッペパン かぼちゃシチュー 厚揚げサラダ みかん
◆豚肉・小麦粉・鶏卵・パン粉・赤味噌・醤油・ごま油・白こま ◆豆腐・塩わかめ・干しいたけ・長ねぎ・醤油 ◆じゃがいも・上白糖・バター・チーズ・牛乳・スキムミルク	◆油揚げ・つと・干しいたけ・長ねぎ・たまごだけ・ほうれん草・醤油・きび砂糖 ◆じゃがいも・上白糖・バター・チーズ・牛乳・スキムミルク	◆はちの精米・大麦・焼き豆腐・まぐろ水煮・にんじん・ごぼう・干しいたけ・グリーンピース・醤油・きび砂糖 ◆加工品・油 ◆こまつな・もやし・白すりこま・きび砂糖・醤油	◆豚肉・メンマ・にんじん・もやし・ほうれん草・醤油・たまねぎ・りんご・ウイスターソース・トウバンジャン・ごま油・白こま ◆キャベツ・油揚げ・白味噌・赤味噌・煮干し・昆布	◆ベーコン・かぼちゃ・たまねぎ・パセリ・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・チーズ・スキムミルク・鶏がらスープ ◆厚揚げ・かたくり粉・小麦粉・キャベツ・きゅうり・にんじん・醤油・ごま油・白こま
17日 カレーライス 野菜の醤油漬け	18日 塩ラーメン 大学芋 柿	19日 焼豚チャーハン かぼちゃクロック ヨーグルト和え	20日 ご飯 石狩鍋 ザンギ おひたし（ごま）	21日 角食 ポトフ 白身魚フライ きなこクリーム 北産野菜
◆鶏肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・セロリー・りんご・グリーンピース・小麦粉・カレー粉・カレールウ・鶏がらスープ ◆だいこん・きゅうり・にんじん・醤油・水あめ	◆豚肉・メンマ・つと・もやし・にんじん・たまねぎ・はくさい・長ねぎ・ほうれん草・塩わかめ・醤油・鳥から・豚骨・煮干し・昆布 ◆さつまいも・水あめ・黒砂糖・醤油・黒こま	◆はちの精米・大麦・豚肉・長ねぎ・にんじん・たまねぎ・ホールコーン・干しいたけ・グリーンピース・ごま油・醤油 ◆加工品・油 ◆みかん缶・パイン缶・黄桃缶・なし缶・なつみかん缶・ヨーグルト	◆鮭・豆腐・キャベツ・にんじん・たまねぎ・つきこんにゃく・ふなしめじ・長ねぎ・白味噌・かつお節・煮干し・昆布 ◆鶏肉・醤油・しょうが・にんにく・鶏卵・かたくり粉 ◆ほうれん草・はくさい・白こま・醤油	◆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・さやいんげん・醤油・鶏がらスープ ◆真だち・小麦粉・鶏卵・パン粉・油 ◆豆乳・きな粉・コーンスターチ・食塩・バター
24日 振替休日 	25日 カレーうどん ごまポテト みかん 北産野菜	26日 ひじきごはん 高野豆腐の味噌汁 北海道産ブリカツ	27日 ご飯 きのこと汁 さんまの煮付け 黄桃缶	28日 コッペパン コーンポタージュ 白花豆クロック もやしのごまサラダ
	◆鶏肉・油揚げ・にんじん・たまねぎ・だけのこ・ごぼう・干しいたけ・ほうれん草・長ねぎ・小麦粉・カレー粉・醤油・カレールウ・煮干し・昆布 ◆じゃがいも・白すりこま・きび砂糖・食塩	◆はちの精米・大麦・鶏肉・ひじき・油揚げ・しらたき・にんじん・グリーンピース・醤油・きび砂糖 ◆凍り豆腐・塩わかめ・長ねぎ・白味噌・赤味噌・煮干し・昆布 ◆加工品・油	◆ふなしめじ・えのきたけ・なめこ・にんじん・だいこん・ごぼう・長ねぎ・油揚げ・赤味噌・白味噌・煮干し・昆布 ◆さんま・清酒・醤油・きび砂糖	◆クリームコーン・ホールコーン・ベーコン・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・パセリ・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・チーズ・スキムミルク・鶏がらスープ ◆加工品・油 ◆ほうれん草・もやし・ホールコーン・にんじん・醤油・きび砂糖・赤味噌・トウバンジャン・白すりこま

※下段には、献立ごとに主に使用している食材を記載しています。◆は、献立の区切りです。調味料や加工食品については、一部を除き記入していません。牛乳（200ml）は、毎日付きます。野菜や果物は気候や価格によって変更することがあります。

※あさり・昆布・わかめ等の海産物については、小さなかに・えび・貝殻が混入している場合があります。アレルギーが不安な方は、学校へ御連絡ください。