



令和2年11月 学校給食予定献立表 (幼稚園)

※ 物資の都合等により変更する場合があります。

日	曜日	こんだてめい ◆:よくかんでたべよう	エネルギーのもとになる (き)	からだをつくる (あか)	からだのちようしをととのえる (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g)
2	月	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのしょうがいため はくさいのあまずあえ いもだんごじる	ごはん あぶら さとう じゃがいもだんご	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく とうふ チキンハム	しょうが たまねぎ さやいんげん はくさい にんじん ゆず ごぼう つきこんにゃく しめじ ねぎ	448 18.8
4	水	ごはん ぎゅうにゅう さばのしょうがに ◆きりぼしだいこんのツナごまあえ かすじる	ごはん さとう ごま さといも さけかす	ぎゅうにゅう さば ツナ ぶたにく ちくわ あぶらあげ しろみそ	しょうが きりぼしだいこん こまつな だいこん にんじん ごぼう つきこんにゃく ねぎ	467 20.8
5	木	やきそば ぎゅうにゅう ウイナーとチンゲンサイのトマトに ◆ごぼうチップ メロン	ちゅうかめん あぶら オリーブあぶら さとう こめこ	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ こなかつお あおのり ウイナー	キャベツ にんじん もやし ねぎ チンゲンサイ たまねぎ にんにく トマト ごぼう メロン	426 18.2
6	金	カレーライス ぎゅうにゅう ハムステーキトマトソース ◆ごまじゃこサラダ	ごはん じゃがいも ごま こむぎこ あぶら さとう オリーブあぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう ハム ぎゅうにく しらすぼし	たまねぎ にんじん さやいんげん にんにく しょうが トマト バジル もやし だいこん みずな	499 17.4
9	月	こくとうパン ぎゅうにゅう ◆たこのからあげ ◆れんこんのマヨネーズあえ かぶのスープ	くろざとう パン でんぱん あぶら マヨネーズ ごま	ぎゅうにゅう たこ チキンハム とりにく	れんこん キャベツ にんじん かぶ たまねぎ しめじ パセリ	452 19.8
10	火	パン ぎゅうにゅう にくだんごのケチャップに ◆ごぼうとチキンのサラダ レタススープ	パン あぶら でんぱん さとう マヨネーズ じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく ひじき ベーコン	たまねぎ トマト あおピーマン ごぼう キャベツ にんじん レタス コーン さやいんげん	491 19.9
11	水	★学校給食で世界旅行【中国】★ ごはん ぎゅうにゅう はっぼうさい ビーフンのソテー ちゅうかポテト	ごはん さつまいも ごま あぶら さとう でんぱん ビーフン ごまあぶら	ぎゅうにゅう やきぶた ぶたにく	キャベツ こまつな にんじん なら はくさい たまねぎ たけのこ なましいたけ チンゲンサイ しょうが にんにく	475 14.6
12	木	パン ぎゅうにゅう とりにくのオレンジソースに ほうれんそうとコーンのソテー じゃがいもとキャベツのにこみ ◆りんご	パン あぶら さとう じゃがいも マーマレード	ぎゅうにゅう とりにく ポークフランク	たまねぎ みかん にんにく ほうれんそう コーン にんじん チンゲンサイ かぶ キャベツ さやいんげん りんご	466 22.2
13	金	ごはん ぎゅうにゅう さんまのかりんとがらめ だいこんとぶたにくのもの はくさいのみそじる	ごはん でんぱん あぶら さとう ごま	ぎゅうにゅう さんま ぶたにく とうふ みそ あぶらあげ	だいこん チンゲンサイ はくさい もやし にんじん なましいたけ ねぎ	498 18.4
16	月	★行事食【七五三】★ ちらしずし ぎゅうにゅう みかん しろみざかなのてんぱら いものこじる ◆こまつなとキャベツのたくあんあえ	ごはん さとう ごま こむぎこ あぶら さといも	ぎゅうにゅう あなご ちくわ あぶらあげ ホキ とうふ	ほしいたけ さやいんげん こまつな キャベツ たくあん つきこんにゃく ごぼう だいこん にんじん ねぎ みかん	455 19.8
17	火	パン ぎゅうにゅう だいちのミートソース マセドアンサラダ コーンクリームスープ	パン あぶら こむぎこ でんぱん じゃがいも マヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいち チキンハム ベーコン	たまねぎ きゅうり コーン にんじん パセリ	466 17.6
18	水	ごはん ぎゅうにゅう ふりかけ だいこんとさといものそぼろに こまつなごまあえ ぶたじる	ごはん さとう ごま でんぱん さといも	ぎゅうにゅう かつおぶし のり とりにく みそ とうふ ぶたにく あぶらあげ	だいこん にんじん えだまめ こまつな はくさい もやし たまねぎ えのきたけ ねぎ	443 18.1
19	木	パン ぎゅうにゅう とりにくのてりマヨやき ゆでやさいサラダ ポークビーンズ	パン マヨネーズ でんぱん さとう あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく ウイナー ぶたにく だいち	キャベツ ブロッコリー たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ	493 25.0
20	金	ごはん ぎゅうにゅう ◆やきこもやしやも ◆きりぼしだいこんのごまずあえ みそおでん	ごはん ごま さとう ごまあぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう いかたまほこ こもちししゃも ぶたにく さつまあげ あつあげ みそ	きりぼしだいこん キャベツ にんじん だいこん こんにゃく さやいんげん	436 18.5
24	火	パン ぎゅうにゅう チョコクリーム むしコーンシューマイ(2こ) ほうれんそうときのこのいためもの はくさいとはるさめのスープ	パン チョコクリーム あぶら でんぱん パンこ こむぎこ はるさめ ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぎよにく とうふ ベーコン ぶたにく	コーン たまねぎ ほうれんそう しめじ キャベツ チンゲンサイ はくさい たけのこ にんじん ねぎ	506 16.4
25	水	ごはん ぎゅうにゅう おろしハンバーグ かんぴょうのいために さつまいものみそじる	ごはん さとう でんぱん あぶら さつまいも	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく ぎゅうにく あぶらあげ あつあげ みそ	だいこん かんぴょう にんじん ほしいたけ たまねぎ ごぼう もやし しめじ ねぎ	468 17.6
26	木	パンネのポロネーゼ ぎゅうにゅう スペインふうオムレツ ◆きなこまめ ブロッコリーのごまあぶらふうみ	パンネ あぶら じゃがいも でんぱん ごま さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご とりにく きなこ だいち	にんにく たまねぎ にんじん さやいんげん トマト ほうれんそう ブロッコリー だいこん	424 20.2
27	金	ごはん ぎゅうにゅう さばのごまだれかけ みずなどはくさいのにびたし けんちんじる	ごはん ごま さとう でんぱん さといも	ぎゅうにゅう さば ちくわ あぶらあげ とうふ とりにく	しょうが みずな はくさい だいこん ごぼう にんじん つきこんにゃく しめじ えのきたけ ねぎ	460 21.3
30	月	パン ぎゅうにゅう あつあげのカレーいため だいこんとツナのサラダ きのこのとうにゅうシチュー	パン さとう あぶら じゃがいも こめこ	ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく ツナ わかめ とりにく とうにゅう	こまつな にんにく コーン だいこん たまねぎ にんじん マッシュルーム しめじ グリーンピース	467 20.2

※5日(木)のメロンは、コロナ関連で落ち込んだ消費拡大のため、国からいただいた静岡県産のクラウンメロンです。

※9日(月)のたこは、県からいただいた兵庫県産の真だこです。