

# 令和2年度 11月 学校給食献立予定表



日曜	献立	赤 血や肉・骨の もとになる たんぱく質・カルシウム	黄 エネルギーの もとになる たんぱく質・炭水化物・脂肪	緑 からだの調子を整える もとになる ビタミン・ミネラル	エネルギー たん白質 カルシウム	曜	献立	米	野菜・果物	たんぱく質	エネルギー
17 火	ごはん 牛乳 厚揚げの中華煮 ひじきの中華和え	厚揚げ ぶた肉	ひじき	米	たん白質	火	ごはん 牛乳 厚揚げの中華煮 ひじきの中華和え	米	じゃがいも さとう ごま油	たまねぎ たけのこ 干しいたけ にんじん きくらげ 小松菜	たん白質
18 水	セルフおにぎり 牛乳 かやくうどん れんこんのごま炒め	のり	油揚げ とり肉 かまぼこ	米	たん白質	水	他人丼 牛乳 煮びたし 徳佐りんごゼリー	米 油 さとう でんぷん	ぶた肉 卵 厚揚げ	たまねぎ にんじん 干しいたけ ねぎ	たん白質
19 木	パン 藍ベリージャム ポークビーンズ ごぼうサラダ	パン 藍ベリージャム	ぶた肉 大豆	パン 藍ベリージャム	たん白質	木	パン 県産夏みかんジャム 鶏肉のクリーム煮 大根サラダ 牛乳	パン 夏みかんジャム	とり肉 大豆 牛乳	たまねぎ にんじん コーン 小松菜	たん白質
20 金	パン ブルーベリージャム 牛乳 ポークビーンズ ごぼうサラダ	パン ブルーベリージャム	ぶた肉 大豆	パン ブルーベリージャム	たん白質	金	ごはん 牛乳 けんちょう 瀬付きあじの塩焼き アルギットみかん	米	とり肉 とうふ 油揚げ 平天	大根 にんじん れんこん 干しいたけ ねぎ	たん白質
21 土	秋の味覚ごはん 牛乳 豆腐汁 さばの照り焼き みかん	油揚げ	とうふ かまぼこ わかめ	米 くり	たん白質	土	ごはん 牛乳 のりの佃煮 牛乳 わかめスープ タッカルビ	米 大麦	のり佃煮	たまねぎ きゃべつ にんじん ねぎ	たん白質
22 日	パン ブルーベリージャム 牛乳 ポークビーンズ ごぼうサラダ	パン ブルーベリージャム	ぶた肉 大豆	パン ブルーベリージャム	たん白質	日	五目豆ごはん 牛乳 きのこ汁 いわしのみぞれ煮 秋川ヨーグルト	米	ひじき 大豆 平天	にんじん ごぼう 枝豆	たん白質
23 月	セルフおにぎり 牛乳 かやくうどん れんこんのごま炒め	のり	油揚げ とり肉 かまぼこ	米	たん白質	月	はちみつパン 牛乳 やきそば コーンキャベツ	はちみつパン	ぶた肉 平天	きゃべつ たまねぎ もやし にんじん 干しいたけ 青のり	たん白質
24 火	秋の味覚ごはん 牛乳 豆腐汁 さばの照り焼き みかん	油揚げ	とうふ かまぼこ わかめ	米 くり	たん白質	火	ごはん 牛乳 ふりかけ 牛乳 ポトフ ミートオムレツ パナナ	米 大麦 ごま さとう	かつお節 のり	にんじん たまねぎ きゃべつ 大根 枝豆	たん白質
25 水	セルフおにぎり 牛乳 かやくうどん れんこんのごま炒め	のり	油揚げ とり肉 かまぼこ	米	たん白質	水	おでん煮 豚肉の生姜炒め	米 大麦	とり肉 ちくわ うずら卵 がんとどき 厚揚げ こんぶ	大根 にんじん 干しいたけ	たん白質
26 木	パン 藍ベリージャム ポークビーンズ ごぼうサラダ	パン 藍ベリージャム	ぶた肉 大豆	パン 藍ベリージャム	たん白質	木	ごはん 牛乳 里芋のみぞ汁 鹿野高原豚ヒレカツ フロッコリー	はちみつパン	ウインナー	きゃべつ たまねぎ コーン	たん白質
27 金	秋の味覚ごはん 牛乳 豆腐汁 さばの照り焼き みかん	油揚げ	とうふ かまぼこ わかめ	米 くり	たん白質	金	ごはん 牛乳 里芋のみぞ汁 鹿野高原豚ヒレカツ フロッコリー	米 大麦	かつお節 のり	にんじん たまねぎ きゃべつ 大根 枝豆	たん白質
28 土	セルフおにぎり 牛乳 かやくうどん れんこんのごま炒め	のり	油揚げ とり肉 かまぼこ	米	たん白質	土	ごはん 牛乳 里芋のみぞ汁 鹿野高原豚ヒレカツ フロッコリー	米 大麦	ウインナー	にんじん たまねぎ きゃべつ 大根 枝豆	たん白質
29 日	秋の味覚ごはん 牛乳 豆腐汁 さばの照り焼き みかん	油揚げ	とうふ かまぼこ わかめ	米 くり	たん白質	日	ごはん 牛乳 里芋のみぞ汁 鹿野高原豚ヒレカツ フロッコリー	米 大麦	卵 とり肉	たまねぎ にんじん パナナ	たん白質
30 月	セルフおにぎり 牛乳 かやくうどん れんこんのごま炒め	のり	油揚げ とり肉 かまぼこ	米	たん白質	月	ごはん 牛乳 里芋のみぞ汁 鹿野高原豚ヒレカツ フロッコリー	米 大麦	とり肉 ちくわ うずら卵 がんとどき 厚揚げ こんぶ	大根 にんじん 干しいたけ	たん白質
31 火	秋の味覚ごはん 牛乳 豆腐汁 さばの照り焼き みかん	油揚げ	とうふ かまぼこ わかめ	米 くり	たん白質	火	ごはん 牛乳 里芋のみぞ汁 鹿野高原豚ヒレカツ フロッコリー	米 大麦	ぶた肉	にんじん たまねぎ チンゲンサイ コーン	たん白質

\* 平生小学校の給食で使う野菜は、まず町内産、次に県内産を優先して購入しています。

## 「その土地で生産したものを、その土地で消費する」

じもととれたたのものがその人にとって最もふさわしいという  
しんどうふじ かんがが ちさんちしやう いぎ  
「身土不二」の考えが、地産地消の意義をあらわしています。  
じもととれたたのものは生産者の方の顔が見えるので、安心して  
た べることが出来ますね。16～20日の1週間は、いつも以上に  
ちさんちしやう けいしやく じっし たの  
地産地消にこだわった給食を実施します。お楽しみに・・・♪

## 地産地消



「がんばれ！ひらっ子応援事業」：コロナ渦の中ががんばっているみなさんに様々な応援ギフトを届けようというもので、平生町から給食に使う食材を提供していただきました。献立表に をつけています。味わっていただきましょう。