

令和5年度 11月 はいぜんたべかたひょう 南部B(中)

羽島市学校給食センター

◆ゴミは業者が回収します。

★数ものについて

10日(木) 鶏天
幼・小 2個、中・高 3個

1日(水)
だいずふりかけ
はくさいのゆず
ふうみ

くしフライ

むぎごはん いもにじる

2日(木)
ちくぜんに

いわしのしょうがりに

むぎごはん みそしる

3日(金)
文化の日

いも煮汁は、山形県の郷土料理で、牛肉や季節の野菜、いも類、きのこが入った具だくさんな汁物です。

みそ汁には、旬のなめこを使いました。なめこのぬめりはムチンといわれる水溶性の食物繊維です。

6日(月)
マリネ

かぼちゃのひきにくフライ

しよくぱん とりくとやさいのみそスープ

7日(火)
ドレッシング
わふうサラダ

ぎゅうどんのく

しろごはん わかめのみそしる

8日(水)
◆まさきのかき

きりぼしだい
こんとあおな
のいために

さばのたつたあげ
あきのたきこみごはん

9日(木)
フルーツあえ

あきやさいのソテー

むぎごはん ポークカレー

10日(金)
きんぴらごぼう

とりてん

いっしょくようラーメン ちゃんぽんのしる

パンに合う鶏肉と野菜のミルクスープです。岐阜県産の米粉でさらりとしたとろみをつけました。

今日は、ごはんが進む牛丼の具をとりいれました。ごはんをしっかり食べましょう。

秋の焼き込みごはんには、くり、さつまいも、きのこをとりいれました。季節の味を楽しみましょう。

日本のカレーは、世界の伝統食ランキングで1位に選ばれました。注目されている料理です。

今日は、九州地方のちゃんぽんや鶏天を組み合わせました。他県の食文化を学びましょう。

13日(月)
ドレッシング
おんやさい

ポークビーンズ

こめこぱん コーンスープ

14日(火)
にくじゃが

あゆのかりかりあげ

しろごはん かきたまじる

15日(水)
ふきよせに

ぶたにくとレバーのあまからカレーだれ

むぎごはん ふのすまじる

16日(木)
◆みかん
ひじきのにも

ますのしおやき

むぎごはん ふたにくとあおなのみそしる

17日(金)
カップケーキ

かふうあえ

ソフトめん ジャーザーめんのご

今週は栄養調査が実施されます。自分の健康を考え、毎日完食を目指して、いただきます。

岐阜の県魚であるあゆを背開きにして、生姜、日本酒、しょうゆで下味をつけ、米粉でかかりに揚げました。

吹き寄せ煮は、秋風に吹き寄せられた落ち葉をイメージした、季節の味覚を味わう料理です。

ごはん、魚料理、海藻や野菜の煮物などを組み合わせた和食献立です。

今日は給食センター手作りのカップケーキです。ほうれん草と豆乳を使ってつくりました。

20日(月)
かたぬきチーズ
とりにくとやさいのトマトに

オムレツ

コッぱん コンソメスープ

21日(火)
あげだいず

チャンチャンやき

しろごはん どさんこじる

22日(水)
◆ヨーグルト
ドレッシング

はるさめサラダ

ちゅうかふうたきこみごはん
エビチリソース

23日(水)
勤労感謝の日

24日(金)
うのはな

かきあげ

いっしょくようどん しっぽうどんのしる

コッぱんやオムレツ、コンソメスープといったフランス料理を組み合わせた献立です。

食育の日の献立です。北海道の郷土料理、ちゃんちゃん焼きとどさんこ汁を紹介します。

給食センターで作る中華風炊き込みご飯です。もち米を多く使うのでもちもちした食感が楽しめます。

毎年11月24日は、数字の語呂合わせで『いい和食の日』です。和食のよさを確認してみましょう。

27日(月)
マヨネーズタイプ
ゆでブロッコリー

コロッケ

しよくぱん ミネストローネ

28日(火)
にびだし

あじのこうみやき

しろごはん かんとうに

29日(水)
いりどうふ

かんぼらのフライ

むぎごはん みだくさんみそしる

30日(木)
◆りんご

さつまいもてんぷら

むぎごはん つみれとかぶのちうあん

ミネストローネは、イタリアの家庭料理です。季節の野菜をトマトで煮込んだスープです。

関東煮はおでんのことです。おでんなどの鍋料理は、体を温めてくれます。

寒ボラは、マダイやヒラメに勝るおいしい白身魚です。きれいな海で育った寒ボラをフライにしました。

今日は岐阜県の料理人さんに教えていただいた『つみれとかぶのちうあん』をとりいれました。

