せんだん読書週間中に
コラボ給食があるよ！



11がつ　こんだてひょう



犬山市立楽田小学校

日	曜	献立名	主な材料とその働き					
			体を作る		体の調子を整える		体を動かすエネルギーになる	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
			魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米･パン･めん･いも･砂糖	あぶら脂・種実
2	月	**きゅうきゅうカレー**　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	にんじん　トマト	コーン　たまねぎ　しめじ	じゃがいも　こめ	
		にこみハンバーグ	とりにく　ぶたにく		トマト	たまねぎ	じゃがいも　でんぷん　さとう	あぶら
		りんごとキャベツのサラダ	ハム			りんご　キャベツ　コーン	さとう	あぶら
		メープルマフィン	とうにゅう　だいず				こめこ　メープルシロップ	あぶら
4	水	あげジャパン（きなことまっちゃのあげパン）　ぎゅうにゅう	きなこ	ぎゅうにゅう	まっちゃ		こがたロールパン　さとう	あぶら
		ハヤシシチュー	ぶたにく		にんじん	たまねぎ　グリンピース　マッシュルーム	じゃがいも	あぶら
		ミートボール	とりにく			たまねぎ　ごぼう　しょうが	でんぷん　さとう	
		ツナとだいこんのサラダ	ツナ			だいこん　きりぼししだいこん　きゅうり	さとう	ごまあぶら　ごま
5	木	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		さんまのぎんがみやき	さんま　みそ			しょうが	さとう　こめこ	
		わふうポテトサラダ　毎月19日は食育の日		こんぶ　ひじき	にんじん	れんこん　たまねぎ　えだまめ	じゃがいも	ノンエッグマヨネーズ　ごま
		すましじる	とうふ	わかめ	ねぎ　にんじん	たまねぎ　えのきたけ		
		こくとうビーンズ	だいず				くろざとう	
6	金	ごこくごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			おおむぎ　くろまい あかまい　もちきび はつがげんまい	
		れんこんとぶたにくのあげに	ぶたにく			れんこん	でんぷん　さとう	あぶら　ごま
		キャベツのたくあんあえ	かつおぶし		こまつな	キャベツ　たくわん		
		こんさいのごまみそしる	ミックスみそ		にんじん　ねぎ	ごぼう　かぶ	さつまいも	ごま
		ミニフィッシュ		かたくちいわし			さとう	
9	月	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		チーズいりキムチにくじゃが	ぶたにく	チーズ	にんじん	たまねぎ　こんにゃく　はくさい	じゃがいも　さとう	ごまあぶら
		あいちしそいりはるまき	とりにく		にんじん　ねぎ　しそ	たまねぎ　キャベツ　しょうが	はるさめ　こむぎこ　でんぷん	あぶら
		かんてんいりちゅうかサラダ		かんてん	にんじん	きゅうり　きりぼしだいこん　コーン	さとう	ごまあぶら
10	火	くろまめごはん　ぎゅうにゅう	くろまめ	ぎゅうにゅう			こめ　もちごめ	
		さわらのデカンショねぎソース	さわら		ねぎ	しょうが	さとう	
		さつまいもサラダ　しまいとし たんば　ささやまじのこんだて			にんじん	コーン　たまねぎ	さつまいも	ノンエッグマヨネーズ
		ぼたんなべふうしる	ぶたにく　あつあげ　はっちょうみそ		にんじん　ねぎ	ごぼう　はくさい　こんにゃく		
11	水	ミルクロールパン　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ミルクロールパン	
		いちごジャム				いちご	さとう	
		スコッチブロス	とりにく　ベーコン		にんじん	だいこん　たまねぎ	じゃがいも　もちむぎ	あぶら
		シェパーズパイ	とうにゅう　ぶたにく　だいず		トマト	たまねぎ	じゃがいも　こめこ	オリーブオイル
12	木	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		しのだにのにくみそかけ	とうふ　あぶらあげ　タラ　とりにく　あかみそ	ひじき	にんじん	しょうが	さとう	あぶら
		ひじきのいために	ツナ　あぶらあげ　はんぺん	ひじき	にんじん	こんにゃく	さとう	ごま　あぶら
		けんちんじる	かまぼこ　あつあげ		にんじん　ねぎ	だいこん	さといも	ごまあぶら
13	金	ソフトめん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ソフトめん	
		ごもくあんかけ	とりにく　かまぼこ		ねぎ	えのきたけ　しいたけ　たまねぎ　はくさい		
		こまつなとあぶらあげのあえもの	ツナ　あぶらあげ		ほうれんそう　にんじん	れんこん　もやし	さとう	ごま
		りんごいりとうふドーナツ	とうふ　とうにゅう			りんご	こむぎこ　さとう	あぶら
14	土	ピタパン　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ピタパン	
		ウインナー　ウインナーサンド	ウインナー					
		やさいサラダ			にんじん	きゅうり　キャベツ		ノンエッグマヨネーズ
		ポテトとトマトのスープ	ツナ		にんじん　トマト	たまねぎ　にんにく	じゃがいも	あぶら
		なしのゼリー				ようなし	さとう	
17	火	チキンライス　はっこうにゅう	とりにく	はっこうにゅう	にんじん　トマト	たまねぎ　グリンピース	こめ	あぶら
		ほしがたハンバーグ　ドラゴンボールライス	とりにく　ぶたにく		トマト	たまねぎ　にんにく　しょうが		
		サイヤじんスープ	ツナ		にんじん　ブロッコリー	たまねぎ　コーン　キャベツ		
		げんきだまいりフルーツミックス				おうとう　パイン　いちご	しらたまだんご　さとう	
18	水	むぎごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ　むぎ	
		レンズまめのキーマカレー	ぶたにく　レンズまめ　だいず		にんじん　トマト	たまねぎ　にんにく	じゃがいも	あぶら
		レモンドレッシングサラダ	ささみ		にんじん	キャベツ　コーン　レモン	さとう	オリーブオイル
		にのみやみかん				みかん		
19	木	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		でんがくステーキどん	とうふ　あかみそ			しょうが	でんぷん　さとう　はちみつ	ごま
		やさいのいぬやまちゃあえ			にんじん　てんちゃ	キャベツ　きゅうり	さとう	ごま
		いぬやまにゅうめん	とりにく　かまぼこ　あぶらあげ		ねぎ	だいこん　しょうが	ひやむぎ	
		きびだんご					きびだんご	
20	金	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		とんカツ	ぶたにく				パンこ　でんぷん	あぶら
		かんとうに	ぶたにく　うずらたまご　あつあげ　はんぺん	こんぶ		だいこん　こんにゃく	さといも　さとう	
		キャベツのごまずあえ		わかめ	にんじん	キャベツ　きりぼしだいこん	さとう	ごま　ごまあぶら
25	水	くりいりたきこみごはん　ぎゅうにゅう	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん	こんにゃく　ごぼう　しいたけ	こめ　もちごめ　さとう	くり　あぶら
		さばのしおやき	さば					
		こまつなのにびたし	あぶらあげ		こまつな　にんじん	もやし	さとう	
		あわせだしのはっちょうみそしる	とうふ　あぶらあげ　はっちょうみそ		ねぎ	なめこ　だいこん	さといも	
26	木	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		とりにくのレモンに	とりにく			レモン	でんぷん　さとう	あぶら
		ほうれんそうのなめたけあえ			ほうれんそう　にんじん	もやし　えのきたけ		ごま
		かきたまじる	たまご　とうふ　かまぼこ		にんじん　ねぎ	たまねぎ　しいたけ	でんぷん	
27	金	うどん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			うどん	
		カレーなんばん	ぶたにく　あぶらあげ　かまぼこ		にんじん　ねぎ	たまねぎ　しいたけ		
		ちくわのいそべあげ	ちくわ	あおのり			こむぎこ	あぶら
		きりぼしだいこんのツナあえ	ツナ			キャベツ　きゅうり　きりぼしだいこん	さとう	ごまあぶら
30	月	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		さつまいもコロッケ					さつまいも　パンこ　さとう　こむぎこ	あぶら
		しのだあえ	あぶらあげ		ほうれんそう　にんじん	キャベツ	さとう	ごま
		とんじる	ぶたにく　とうふ　あかみそ		にんじん　ねぎ	だいこん　ごぼう	さといも	
		ファイバーヨーグルト		ヨーグルト				

【今月の行事】 2日 防災用 救給カレー給食　5日 まごは(わ)やさしい献立　6日 いい歯の日給食　10日 犬山市姉妹都市献立(丹波篠山市)　11日 読書週間コラボ給食(ハリーポッター)　給食回数 18 回

17日 読書週間 コラボ給食（ドラゴンボール） 19日 犬山 をどーんと味 わおう給食　25日 だしで味 わう和食 の日

・食材は、体の中の働きによって3つの仲間に分けられています。
・汁物のだしには、煮干しやむろあじ、昆布などを使用しています。
・毎月19日は「食育の日」として、『まごわ(は)やさしい』豆・ごま・わかめ(海藻)野菜・魚・しいたけ(きのこ)・いもを取り入れた献立を紹介します。今月は、22日に実施します。
★まごは(わ)やさしい献立・・・ま(とうふ・だいず) ご(ごま) わ(ひじき・こんぶ・わかめ) や(にんじん・ねぎ・しょうが・れんこん・えだまめ・たまねぎ) さ(さんま) し(えのきたけ) い(じゃがいも)
※ 献立内容は都合により変更することがあります。

毎月19日は 食育の日