

11月の予定献立表

11月1日(火)	小544kcal 中665kcal	11月2日(水)	小591kcal 中745kcal	11月4日(金)	小600kcal 中743kcal	11月7日(月)	小534kcal 中657kcal	11月8日(火)	小539kcal 中672kcal
ごはん 牛乳 あじの塩焼き 大根の即席漬け 野菜のみそ汁		コーンライス 牛乳 コロッケ ベジタブルスープ		ツナピラフ 牛乳 鶏肉のマスタード焼き ジュリアンスープ		ごはん 牛乳 豚肉の塩こうじ炒め 春雨スープ		キムタクごはん 牛乳 ししゃもの磯辺揚げ 切干大根のみそ汁	
食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)
米	80g	米	75g	米	70g	米	80g	米	70g
牛乳	1本	ホールコーン	15g	たまねぎ	11g	牛乳	1本	豚肉	10g
あじ		塩	0.3g	にんじん	5g	豚肉	30g	キムチ	15g
小学校 50g	1切	こしょう	0.02g	ホールコーン	5g	塩麩	10g	たくあん	15g
中学校 60g	1切	濃口しょうゆ	1g	おき枝豆	5g	キャベツ	50g	薄口しょうゆ	1g
大根	30g	チキンスープ	10g	ツナオムツツ	15g	たまねぎ	30g	牛乳	1本
にんじん	5g	パセリ(乾)	0.03g	塩	0.7g	土しよが	1g	ししゃも	
塩ふき昆布	1g	牛乳	1本	こしょう	0.03g	おろしにんにく	0.1g	小学1~3年	1尾
にんじん	10g	豚肉コロッケ		濃口しょうゆ	1g	サラダ油	0.2g	4年生以上	2尾
たまねぎ	30g	小学校 40g	1こ	チキンスープ	10g	酒	2g	青のり	0.1g
油揚げ	5g	中学校 60g	1こ	牛乳	1本	濃口しょうゆ	1.5g	小麦粉	5g
はくさい	20g	揚げ油	8g	鶏肉	60g	かまぼこ	10g	塩	0.1g
青ねぎ(八幡産)	5g	キャベツ	30g	粒入りマスタード	1.2g	はるさめ	5g	水	2g
八幡のみそ	9g	にんじん	10g	酒	4g	にんじん	10g	揚げ油	2g
八幡の白みそ	3g	三度豆	5g	オリーブ油	3g	太もやし	25g	切干大根	3g
けずりぶし	3g	豚肉	5g	濃口しょうゆ	2.2g	青ねぎ	5g	にんじん	15g
水	100g	薄口しょうゆ	3g	さとう	1g	塩	0.4g	油揚げ	5g
		けずりぶし	3g	塩	0.07g	こしょう	0.02g	青ねぎ(八幡産)	5g
		塩	0.5g	こしょう	0.02g	薄口しょうゆ	2g	八幡のみそ	9g
		こしょう	0.02g	おろしにんにく	0.2g	けずりぶし	2g	八幡の白みそ	3g
		水	100g	ペーヨン	5g	チキンスープ	4g	けずりぶし	3g
				たまねぎ	30g	水	100g	水	100g
				にんじん	20g				
				キャベツ	15g				
				パセリ(乾)	1g				
				薄口しょうゆ	3g				
				塩	0.7g				
				こしょう	0.02g				
				チキンスープ	8g				
				水	100g				

八幡食育の日

一汁二菜の和食献立です。

いい歯の日献立

ししゃもには魚卵が含まれています。

土曜参観
振替休日
のため
給食なし

※ 中学生は表示より約1.2~1.3倍の分量です。
 ※ kcal表示は 小:小学生、中:中学生です。
 ※ 野菜は天候等により変更になる場合があります。