

11月の食育目標				文化の日(振替休日)			
感謝の気持ちを持って食べよう				アレルギー表示			
4日(月)	メニュー	材料	日	メニュー	材料	日	メニュー
5日(火)	ごはん	業務米	11日(月)	ごはん	業務米	18日(月)	ごはん
	豚肉と根菜の生煮煮	豚肉、大根、ごぼう、人参、枝豆、生姜	12日(火)	揚げ鶏のはちみつレモン醬油タレ	鶏肉、ヨーグルト、にんにく、しょうが	19日(火)	さばの照り焼き
	梅干ヨ和え	キャベツ、胡瓜、コーン、梅		大根とほぐし鶏サラダ	大根、鶏肉、水菜		洋風金平
	かぶと揚げの味噌汁	かぶ、長ねぎ、油揚げ		ワカメのかき玉スープ	卵、長ねぎ、人参、わかめ、ごま		高野豆腐のけんちん汁
	アレルギー表示			アレルギー表示			アレルギー表示
6日(水)	豆のミートソース	大豆、豚肉、トマト缶、玉葱、人参、マッシュルーム、しょうが、パセリ	13日(水)	アレルギー表示		20日(水)	アレルギー表示
7日(木)	さつま芋オレンド煮	さつま芋、オレンド果汁、レモン果汁		小麥、卵、大豆、豚肉、やまいも			えび、かに、小麥、卵、大豆、鶏肉、りんご、ごま
				アレルギー表示			きつねうどん
				小麥、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉			北海道名物・あけいも
				アレルギー表示			
8日(金)	アレルギー表示		14日(木)	アレルギー表示		21日(木)	アレルギー表示
9日(土)	小麥、卵、乳、大豆、鶏肉			小麥、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉			小麥、卵、乳、さば、大豆、鶏肉
	豚井風(妻ごはん)	業務米、大麥、豚肉、玉葱、人参、ピーマン、しょうが		北海道産小麦のロールパン	バターロール、マーサレードジャム(外袋)		ロールパン
	のり和え	白菜、ほうれん草、のり		ハンパバーグ&レタス	ハンパバーグ、リーフレタス		ほうれん草とポテトのグラタン
10日(日)	具だくさん味噌汁	じゃがいも、大根、人参、長ねぎ	15日(金)	スライスチーズ(水分強化)	プロセスチーズ(袋・カルシウム入り)	22日(金)	ツナコールスローサラダ
				さつまいもと豆サラダ	さつまいも、ピーンズミックス大豆、手亡豆、金時豆、ヨーグルト		鶏肉と野菜コンソメスー
				ミネストローネスー	トマト缶、キャベツ、玉葱、ペーコン、にんにく、パセリ		
	アレルギー表示			アレルギー表示			アレルギー表示
11日(月)	小麥、卵、乳、大豆、鶏肉		16日(土)	小麥、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉		23日(土)	小麥、卵、乳、さば、大豆、鶏肉、豚肉、りんご
12日(火)	バターコーンごはん	業務米、コーン		たらのもみじ焼き	たら切身、にんにく		さつま芋のカレー(妻ごはん)
	スバゲテイナボリタン	スバゲテイ種、玉葱、ハム、ピーマン		スバゲテイ種	スバゲテイ種、玉葱、ハム、ピーマン		和梨ゼリー
	味噌汁	じゃがいも、もやし、長ねぎ		アレルギー表示			アレルギー表示
13日(水)	アレルギー表示		24日(日)	小麥、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉		25日(月)	小麥、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉、りんご
	小麥、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉			鶏肉と野菜の味噌汁	鶏肉、白菜、玉葱、人参、パセリ		肉じゃが
	アレルギー表示			アレルギー表示			ごま和え
	アレルギー表示			アレルギー表示			白菜となめこの味噌汁
14日(木)	アレルギー表示		26日(火)	アレルギー表示		27日(水)	アレルギー表示
15日(金)	小麥、卵、乳、大豆、鶏肉			小麥、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉			小麥、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉
	豚井風(妻ごはん)	業務米、大麥、豚肉、玉葱、人参、ピーマン、しょうが		さつま芋のカレー	業務米、大麥、豚肉、さつまいも、人参、玉葱		さつま芋のカレー
	のり和え	白菜、ほうれん草、のり		和梨ゼリー	和梨ゼリー		和梨ゼリー
16日(土)	具だくさん味噌汁	じゃがいも、大根、人参、長ねぎ	28日(木)	アレルギー表示		29日(金)	アレルギー表示
				小麥、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉			小麥、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉
				さつま芋のカレー	業務米、大麥、豚肉、さつまいも、人参、玉葱		さつま芋のカレー
	アレルギー表示			アレルギー表示			アレルギー表示
17日(日)	小麥、卵、乳、大豆、鶏肉		29日(金)	小麥、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉		30日(土)	小麥、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉
18日(月)	豚井風(妻ごはん)	業務米、大麥、豚肉、玉葱、人参、ピーマン、しょうが		さつま芋のカレー	業務米、大麥、豚肉、さつまいも、人参、玉葱		さつま芋のカレー
	のり和え	白菜、ほうれん草、のり		和梨ゼリー	和梨ゼリー		和梨ゼリー
	具だくさん味噌汁	じゃがいも、大根、人参、長ねぎ		アレルギー表示			アレルギー表示
19日(火)	アレルギー表示		31日(日)	小麥、卵、乳、大豆、鶏肉		12月1日(月)	小麥、卵、乳、大豆、鶏肉
	小麥、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉			豚井風(妻ごはん)	業務米、大麥、豚肉、玉葱、人参、ピーマン、しょうが		豚井風(妻ごはん)
	アレルギー表示			のり和え	白菜、ほうれん草、のり		のり和え
	具だくさん味噌汁	じゃがいも、大根、人参、長ねぎ		アレルギー表示			具だくさん味噌汁