



日	曜	こんだてめい			しょくひんのしゅるい			エネルギー タンパク質
		しゅく 主食	牛乳	おかず	(赤) おもにからだを つくる	(緑) おもにからだのちょうしを ととのえる	(黄) おもに エネルギーになる	
2	月	ピビンバ	MILK	あげぎょうぎ ちゅうかスープ	牛乳 ぶたにく たまご みそ ベーコン わかめ	にんにく しょうが ほうれんそう もやし にんじん たまねぎ きくらげ こまつな	こめ こめあぶら さとう ごま はるさめ ぎょうざのかわ ごまあぶら	672 25.8
3	火	群馬県富岡市の郷土料理です。 <b>文化の日</b>						
4	水	ごはん	MILK	ホルモンあげ しょうしゅうサラダ こしねじる	牛乳 ちくわ たまご ツナ ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	きゅうり にんじん たまねぎ キャベツ ごぼう だいこん こんにゃく しいたけ ねぎ こまつな	こめ こめあぶら さとう こむぎこ さといも パンこ	656 24
5	木	ごはん	MILK	ふっかちゃんのみすなやきとり ネギじゃこナムル しげただじる	牛乳 とりにく とりレバー ちりめんじゃこ みそ ベーコン	しょうが ねぎ にんじん にんにく ごぼう だいこん こまつな きゅうり	こめ こめあぶら かたくりこ さとう ごま ごまあぶら しらたまだんご	664 25.9
6	金	カレーうどん	MILK	リンゴパンケーキ こまつなとじゃこのいりに	牛乳 なんと ぶたにく たまご ヨーグルト ちりめんじゃこ	にんじん たまねぎ ねぎ りんご キャベツ こまつな とうもろこし ほうれんそう	じごなうどん こめあぶら かたくりこ ホットケーキミックス	673 22.6
9	月	ごはん	MILK	県産武州黒毛和牛のすきやき ワカサギフリッター はなやさいサラダ	牛乳 県産和牛 とうふ わかさぎ ハム	にんじん しらたき ねぎ はくさい ブロccoli キャベツ カリフラワー	こめ こめあぶら さとう	698 22.5
10	火	ごはん	MILK	サケのめんたいマヨやき きりぼしだいこんのいりに やさいわん	牛乳 サケ あぶらあげ ちくわ めんたいこ みそ なまあげ あさり	パセリ にんじん きりぼしだいこん さやいんげん ごぼう だいこん ねぎ こまつな	こめ こめあぶら ノンエッグマヨネーズ じゃがいも さとう	608 26.9
11	水	くろパン	MILK	にぼうとう ステンドグラスキッシュ ふっかちゃんブロッコリーのこまサラダ てづくりコーヒーゼリー	牛乳 たまご おから とうにゅう チーズ なまクリーム	にんじん だいこん たまねぎ はくさい しめじ ねぎ こまつな ほうれんそう 深谷市のブロッコリー ミニトマト	くろパン ひもかわ こめあぶら さとう コーヒーゼリー じゃがいも	664 25.9
12	木	ごはん	MILK	だいずのかりかりあげ ハムとだいこんのサラダ	牛乳 とりにく だいず ハム チーズ ちりめんじゃこ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ほうれんそう レモンかじゅう だいこん きゅうり キャベツ	こめ こめあぶら さつまいも さとう	699 22.4
13	金	もやしラーメン	MILK	みそポテト ほうれんそうとひじきのサラダ チーズ	牛乳 ぶたにく みそ ツナ ひじき チーズ	しょうが にんじん もやし ねぎ にら こまつな ほうれんそう きゅうり たまねぎ	ちゅうかめん さとう じゃがいも ごまあぶら かたくりこ こめあぶら	692 23.8
16	月	かつどん	MILK	いそのかあえ だいこんのみそしる	牛乳 とりにく のり かつおぶし ちりめんじゃこ わかめ あぶらあげ みそ	ほうれんそう もやし キャベツ にんじん だいこん ねぎ こまつな	こめ こめあぶら こむぎこ パンこ さとう	660 31.5
17	火	ココアあげパン	MILK	ワンタンスープ さいのくにサラダ	牛乳 ぶたにく ひじき	にんじん ねぎ もやし きくらげ ほうれんそう こまつな れんこん たまねぎ	コッパン ワンタン ココア こめあぶら さとう ごま さつまいも ノンエッグマヨネーズ	632 19.3
18	水	<b>深谷市教委委嘱発表</b>						
19	木	せきはん		とりにくのレモンに チーズサラダ かきたまじる	牛乳 とりにく チーズ ささげ なんと とうふ たまご	レモン ブロccoli キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ こまつな レモンかじゅう	こめ かたくりこ こめあぶら さとう	640 30.5
20	金	ふかやねぎたっぶりうどん	MILK	かきあげ ほうれんそうとコーンのソテー	牛乳 とりにく なんと ちりめんじゃこ だいず おから たまご ベーコン	しょうが にんじん ねぎ キャベツ とうもろこし ほうれんそう こまつな	じごなうどん こめあぶら こむぎこ さつまいも	642 22.6
23	月	深谷ネギの料理 <b>勤労感謝の日</b>						
24	火	コロッケサンド	MILK	(コロッケ) グリーンサラダ クラムチャウダー	牛乳 ハム とりにく あぶらあげ あさり	にんじん たまねぎ はくさい ブロッコリー キャベツ とうもろこし きゅうり レモンかじゅう	こどもパン さとう こめあぶら じゃがいも パンこ	667 21.5
25	水	ごはん	MILK	だいこんとぶたにくのこみ さわらのさいきょうやき やさいのゴママヨネーズあえ	牛乳 ぶたにく さつまあげ さわら かまぼこ	にんじん しょうが だいこん ねぎ ほうれんそう ブロccoli キャベツ こんにゃく	こめ こめあぶら さとう ごま ノンエッグマヨネーズ	634 29.2
26	木	ハヤシライス	MILK	オムレツ ヘルシーサラダ	牛乳 ぶたにく たまご ツナ チーズ	にんにく しょうが にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり ごぼう	こめ こめあぶら さとう じゃがいも	691 23.2
27	金	ごまみそラーメン	MILK	はるまき ちゅうかサラダ	牛乳 ぶたひきにく たまご みそ ハム	しょうが ねぎ にんじん たまねぎ もやし きくらげ とうもろこし にら きゅうり キャベツ	ちゅうかめん さとう こめあぶら ごま はるさめ ごまあぶら はるまきのかわ	695 23.8
30	月	ごんぎつね あきのかおりごはん	MILK	イワシのたつたあげ しおこんキャベツ きのこじる	牛乳 イワシ とりにく こんぶ とうふ みそ	ごぼう にんじん まいたけ さやいんげん キャベツ だいこん ねぎ しめじ えのきたけ こまつな	こめ こめあぶら さつまいも かたくりこ	624 23

※ 材料入荷の都合により、多少献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

給食回数・・・18回

## 11月は、彩の国ふるさと学校給食月間です！

♡11日は渋沢栄一翁の命日です。栄一翁が好んで食べた深谷市の郷土料理「にぼうとう」・青淵文庫のステンドグラスをイメージしたキッシュ・ふかや園芸協会の方々から無償でいただいた深谷市産のブロッコリーのサラダ・手作りコーヒーゼリーの献立です。