



当番	日曜	献立名	食品名		
			赤(血や肉をつくる)	黄(力や体温となる)	緑(体の調子を整える)
クラス給食(クラスごとの当番)	6	水 ごはん ぎゅうにゅう やさいスープ とりにくのマスタードやき コールスローサラダ	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ★みそ	★こめ ノンエッグマヨネーズ こめあぶら さとう	にんじん だいこん しめじ ブロッコリー キャベツ とうもろこし
	7	木 ごはん ぎゅうにゅう ぶたじる さけのしおやき こまずあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ ★みそ さけ	★こめ じゃがいも こんにやく ごまあぶら さとう ごま	ごぼう にんじん ねぎ もやし きゅうり
	8	金 ごはん ぎゅうにゅう こまつなとあぶらあげのみそしる ぶたにくのケチャップいため こふきいも	ぎゅうにゅう うすあげ ★みそ ぶたにく	★こめ こめあぶら さとう でんぶん じゃがいも	こまつな にんじん たまねぎ ピーマン しょうが
	11	月 ごはん ぎゅうにゅう ワンタンスープ とりにくのからあげ はるにんじんのナムル おいおいデザート	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく ほしわかめ	★こめ ワンタン さとう ごまあぶら でんぶん こめこ こめあぶら おいおいデザート	たけのこ キャベツ ねぎ しょうが にんじん もやし こまつな
	12	火 ごはん ぎゅうにゅう たきあわせ さばのみそに ゆかりあえ	ぎゅうにゅう あつあげ さば みそ	★こめ じゃがいも こんにやく さとう	にんじん しめじ さやいんげん キャベツ きゅうり あかじそ
	13	水 ごはん ぎゅうにゅう ミネストローネ ハムステーキ こんにやくサラダ	ぎゅうにゅう ★だいたい ベーコン ハム	★こめ マカロニ さとう こんにやく こめあぶら じゃがいも	たまねぎ にんじん セロリー さやいんげん キャベツ きゅうり
	14	木 ごはん ぎゅうにゅう マーボー豆腐 やきぎょうざ ちゅうかサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく もめん豆腐 ★みそ あかみそ とりにく	★こめ さとう ごまあぶら でんぶん こむぎこ	しょうが にんにく ねぎ だいこん にんじん しめじ たけのこ きゅうり キャベツ たまねぎ たら
	15	金 ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものそぼろに やきししゃも アスパラガスのごまあえ	ぎゅうにゅう とりにく ししゃも	★こめ じゃがいも さとう でんぶん ごま	にんじん たまねぎ グリンピース しょうが アスパラガス キャベツ とうもろこし
	18	月 ごはん ぎゅうにゅう コンスープ やきフランクフルト スパゲティソテー	ぎゅうにゅう フランクフルト ベーコン	★こめ こめこ スパゲティ さとう こめあぶら	たまねぎ にんじん とうもろこし こまつな にんにく ピーマン
	19	火 ~New膳の日~ くろまいいりごはん ぎゅうにゅう わかめスープ カラフルゆでやさい とりにくとしんごぼうのあげがらめ	ぎゅうにゅう とりにく ほしわかめ ★だいたい もめん豆腐	★こめ ★くろまい でんぶん こめこ こめあぶら さとう	にんじん もやし ねぎ しょうが ごぼう ブロッコリー パプリカ とうもろこし
	20	水 ごはん ぎゅうにゅう こもくじる あつやきたまご たくあんあえ	ぎゅうにゅう あつあげ とりにく たまご	★こめこんにやく	にんじん だいこん しめじ もやし こまつな たくあん
	21	木 カレーライス ぎゅうにゅう ヨーグルトあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく スキムミルク チーズ ヨーグルト	★こめ じゃがいも こめあぶら さとう おむぎ カレールウ	にんにく しょうが にんじん たまねぎ まかん パナップル もも パナナ
	22	金 ~入善とみさん(富×3)の日~ ごはん ぎゅうにゅう にくじゃが あじフライ なばなのおひたし	ぎゅうにゅう ぶたにく あじ	★こめ こめあぶら じゃがいもこんにやく さとう パンこ こむぎこ	にんじん たまねぎ さやいんげん なばな キャベツ
	25	月 ごはん ぎゅうにゅう はるキャベツのみそしる ぶたにくのしおこうじため マヨはりはりあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく うすあげ ★みそ	★こめ はるさめ しおこうじ でんぶん ノンエッグマヨネーズ	キャベツ にんじん しめじ とうもろこし さやえんどう たまねぎ ピーマン しょうが きりぼしだいこん こまつな
	26	火 たけのこごはん ぎゅうにゅう とうふときのこのすましじる とりてん レモンあえ	ぎゅうにゅう うすあげ もめん豆腐 とりにく	★こめ さとう こむぎこ こめあぶら	たけのこ にんじん たまねぎ しめじ えのきたけ みつば しょうが にんにく キャベツ きゅうり とうもろこし
	27	水 ごはん ぎゅうにゅう ぐだくさんじる さつまあげのさんみやき おからのいために	ぎゅうにゅう もめん豆腐 ほしわかめ ★みそ さつまあげ ぶたにく おから ほしひじき	★こめ じゃがいもこんにやく ごま さとう ごまあぶら でんぶん こめあぶら	にんじん たまねぎ ねぎ しょうが ごぼう
	28	木 遠足(給食なし)			
	29	金 昭和の日			

今月の地場産食材: (★印) こめ・みそ・だいたい・くろまい

毎月

19日は 学校給食『New膳の日』

22日は 『入善とみさん(富×3)の日』

入善町の学校給食では、町内の新鮮でおいしい食材を子どもたち
に知ってもらうため、町内産食材を積極的に使用しています。入善
産の食品名に★印を付けみなさんにお知らせしています。

この町内産食材を主役にした献立を学校給食『New膳の日』とし
て、毎月19日(食育の日)に実施していきます。給食だよりでも、
町内産食材の特徴などを紹介していく予定です。

また、毎月22日を『入善とみさん(富×3)の日』とし、入善産
「富富富」給食を実施しています。この日は、おいしい入善産の
「富富富」に合う、和食を中心とした献立を予定しています。そし
て、前年度に続き、今年度一年間、県とJA中央会のご協力で毎日、
給食で入善産「富富富」をいただきます。

入善町にはおいしい食材がたくさんありますので、みなさん楽し
みにして下さいね。



都合により献立を変更することがあります

今月の『New膳の日』より
~とりにくとしんごぼうの
あげがらめ~



今月は入善産大豆が入った、
「とりにくとしんごぼうのあげがらめ」です。

学校給食では1年をとおして入善産の大豆が使用されています。い
ろんな食品に加工され、食卓に欠かせない大豆は「畑の肉」といわれ
るほど、たくさん栄養があるので、積極的に食べたいですね。

★給食レシピ★

□鶏肉としんごぼうのあげがらめ(4人分)

- 〈材料〉
- 鶏もも角切り肉 160g
 - しょうゆ 小2
 - しょうが 少々
 - 酒 小1
 - 大豆 40g
 - ごぼう 80g
 - でんぶん 適宜
 - 揚げ油 適宜
 - 酒 小1
 - しょうゆ 大2/3
 - ごま 大1
 - みりん 小1

〈作り方〉

- ①大豆は前日から水につけておく。
- ②鶏肉に下味をつける。
- ③ごぼうは厚めにななめに切る。
- ④①の水気をきる。
- ⑤②と③、④にでんぶんを付け揚げる。
- ⑥かっこの調味料を鍋で加熱する。