

令和4年11月



入善町教育委員会
入善町立黒東小学校

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 ご と の 当 番 (給 食)	1	火 ごはん ぎゅうにゅう わかめスープ とりにかくのカシューナッツいため そえやさい	ぎゅうにゅう とりにかく ほしわかめ	★こめ ごまあぶら こめこ でんぶん じゃがいも こめあぶら カシューナッツ さとう	はくさい たまねぎ ★にんじん ★しょうが あおピーマン ★キャベツ こまつな
	2	水 だいたいりまめなカレー ぎゅうにゅう カラフルサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく ★だいず チーズ スキムミルク ★みそ	★こめ おおむぎ じゃがいも こめあぶら さとう カレールウ	★にんにく ★しょうが ★たまねぎ ★にんじん ★キャベツ とうもろこし きゅうり
	3	木 文化の日			
	4	金 ごはん ぎゅうにゅう えびととうふのうまに シューマイ かいそうサラダ	ぎゅうにゅう えび もめんどうふ ほしわかめ	★こめ こめあぶら さとう でんぶん ごまあぶら こむぎこ	★しょうが ★にんにく ★たまねぎ ★にんじん しめじ たけのこ ★キャベツ もやし とうもろこし
	7	月 ごはん ぎゅうにゅう やさいスープ オムレツ ふりかけ ヤーコンのきんぴら	ぎゅうにゅう たまご さつまあげ あおのり	★こめ じゃがいも こめあぶら さとう ごま ★ヤーコン	はくさい えのきたけ ★たまねぎ ★にんじん さやいんげん
	8	火 ごはん ぎゅうにゅう おでん わかさぎフリッター からしあえ	ぎゅうにゅう ちくわ こんぶ わかさぎ	★こめ ★さといも こんにやく さとう こむぎこ こめあぶら でんぶん パンこ	だいこん ★にんじん ★キャベツ もやし こまつな
	9	水 県東部小教研研究集会のため、給食なし			
	10	木 ごはん ぎゅうにゅう ごもくみしる しるみさかなのもみじやき はりはりあえ	ぎゅうにゅう もめんどうふ ほしわかめ ★みそ メルルーサ	★こめ じゃがいも さとう ノンエッグマヨネーズ	★にんじん きりぼしだいこん こまつな ★キャベツ ★たまねぎ
	11	金 ごはん ぎゅうにゅう ワントンスープ とりのからあげ しやしきあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにかく	★こめ ワントン でんぶん こめあぶら	はくさい ★にんじん ★ねぎ ★しょうが ★キャベツ もやし きゅうり たくあん
	14	月 ごはん(学校田のお米) ぎゅうにゅう あつあげのたまごとし さばのしおやき コーンあえ	ぎゅうにゅう とりにかく あつあげ たまご さば	★こめ じゃがいも さとう	★にんじん ★たまねぎ さやいんげん こまつな ★キャベツ とうもろこし
	15	火 ごはん(学校田のお米) ぎゅうにゅう さといもわかめのみそしる やきにく(どん) ナムル りんご	ぎゅうにゅう ほしわかめ ★みそ ぶたにく	★こめ ★さといも はるさめ こめあぶら ごま でんぶん ごまあぶら	ごぼう ★ねぎ ★にんにく ★しょうが ★にんじん たけのこ もやし こまつな りんご
	16	水 ごはん(学校田のお米) ぎゅうにゅう しおこうじなべ ちくわのいそべあげ アーモンドあえ	ぎゅうにゅう とりにかく あつあげ ちくわ あおのり	★こめ こんにやく ★こうじ こむぎこ こめあぶら アーモンド さとう	だいこん はくさい ★にんじん ★ねぎ えのきたけ もやし こまつな にんじん
	17	木 ごはん(学校田のお米) ぎゅうにゅう だいたいりクリーンスープ サーモンフライ ヤーコンサラダ	ぎゅうにゅう さけ ★だいず	★こめ じゃがいも こむぎこ パンこ こめあぶら ★ヤーコン さとう ごまあぶら ごま こめこ	こまつな ★たまねぎ ★キャベツ ★にんじん きゅうり とうもろこし
	18	金 食育推進月間～New膳の日～ さといもときのこのホクホクごはん ぎゅうにゅう しらたまだんごじる ぶたにくのえごまみそやき そえやさい(学校田のお米)	★ 学校給食とやまの日★ ぎゅうにゅう うすあげ ほしわかめ ★みそ ぶたにく	★こめ ★さといも しらたまもち さとう ★えごま	しめじ ★にんじん だいこん こまつな ★ねぎ ★しょうが ★カリフラワー ★キャベツ
	21	月 ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ ぎょうざ こまずあえ	ぎゅうにゅう ★みそ もめんどうふ ぶたにく とりにかく あかみそ	★こめ こめあぶら さとう でんぶん ごまあぶら こむぎこ	★しょうが ★にんにく ★ねぎ なら しめじ たけのこ ★にんじん もやし きゅうり とうがらし
	22	火 入善とみさん(富×3)の日 ごはん ぎゅうにゅう さつまいもじる なつとうのにくみそいため キャベツのおひたし	ぎゅうにゅう あつあげ ★みそ ぶたにく なつとう	★こめ ★さつまいも こめあぶら さとう	だいこん ★にんじん ごぼう ★たまねぎ ★しょうが ★ねぎ ★キャベツ こまつな
	23	水 勤労感謝の日			
	24	木 しょうごはん ぎゅうにゅう にくうどん やさいのかきあげ きざみあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく	★こめ うどん こめあぶら こむぎこ	だいこん ★にんじん ★ねぎ しめじ ★キャベツ きゅうり ごぼう しゅんぎく
	25	金 ごはん ぎゅうにゅう なめこのみそしる さわらのゆうあんやき チャップテ	ぎゅうにゅう もめんどうふ ★みそ さわら ぶたにく チャップテ	★こめ はるさめ こめあぶら さとう ごま ごまあぶら	なめこ ★ねぎ ゆず ★にんじん ★たまねぎ あおピーマン ★しょうが
	28	月 ごはん ぎゅうにゅう いとこに とりにかくのねぎみそやき ゆかりあえ	ぎゅうにゅう あずき あつあげ とりにかく ★みそ	★こめ ★さといも こんにやく さとう	だいこん ★にんじん ごぼう ★しょうが ★ねぎ ★キャベツ きゅうり あかじそ
	29	火 ごはん ぎゅうにゅう はくさいスープ ぶたにくのケチャップいため こふきいも	ぎゅうにゅう ウィンナー ぶたにく	★こめ こめあぶら さとう さとう でんぶん じゃがいも	はくさい ★にんじん えのきたけ ★たまねぎ さやいんげん ★にんにく
	30	水 ごはん ぎゅうにゅう ぶたじる いわしのうめに あおなソテー	ぎゅうにゅう ぶたにく もめんどうふ ★みそ いわし	★こめ じゃがいも こめあぶら こんにやく さとう	だいこん ★にんじん ごぼう ★ねぎ ★キャベツ チンゲンサイ とうもろこし うめ

都合により献立を変更することがあります

今月の地場産食材：(★印) **こめ・みそ・だいず・ねぎ・キャベツ・さつまいも・カリフラワー・しょうが・にんにく・にんじん・さといも・ヤーコン・えごま・しおこうじ**

11月

入善町食育推進月間



町では11月を『入善町食育推進月間』と
しています。食育と聞くとなんだか難しいこ
とのように思うかもしれませんが、**家族そ
ろって食卓を囲む、お手伝いをする、3食さ
ちんと食べる**ことも取り組みのひとつです。
身近な食に関することに興味を持ち、少しす
つ実践していきましょう。



～食育推進月間～地場産食材の主な生産地

- ・米(富富富) 町内全域
- ・にんにく 飯野地区
- ・しょうが 入善地区
- ・カリフラワー 飯野地区
- ・さといも 町内全域
- ・えごま 上原地区
- ・ヤーコン 入善地区
- ・にんじん 入善高校
- ・大豆 上原地区
- ・さつまいも 野中地区
- ・ねぎ 飯野地区
- ・キャベツ 青木地区



食育推進月間『New膳の日』より

給食では年間を通して、地場産食材
を使用しています。
今月の食育推進月間『New膳の日』は
地場産食材をたくさん使用した
特別献立を予定しています。
生産者の方々や入善町の自然の恵
みに感謝し、美味しくいただきます。

