



献立のお知らせ



令和4年 **11** 月分 予定献立表

横手学校給食センター

目標

感謝して食べよう


月	火	水	木	金
	1	2	3	4
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 今月の給食費は 11月25日が 納期限(引落日)です </div>	ごはん 牛乳 あげふた肉のスタミナソース 花やさいサラダ まいたけのすまし汁	研究会のため お休み	文化の日 	セルフ中華丼 牛乳 やさいギョウザ(2コ) もずくスープ ブルーベリーゼリー
	7	8	9	10
ごはん 牛乳 やき魚(さけ) すきこんぶのいため煮 小松菜のみそ汁 うめぼし	あおなごはん 牛乳 肉じゃがコロッケ ごぼうとツナのあえもの キャベツのみそ汁	ごはん 牛乳 とり肉のコチュジャンソースがけ はるさめサラダ もやしのスープ ミルク(ココア)	バターロールパン 牛乳 コーンたっぷりオムレツ ブロッコリーのソテー ミネストローネ	ごはん 牛乳 ポークカレー あんにんどうふミックス ふくじんづけ
14	15	16	17	18
ごはん 牛乳 とりつくねのあんかけ おかかあえ まめまめ汁	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 にんじんしりしり よせなべ風汁	ごはん 牛乳 とりのからあげ もやしのごま酢あえ なめこ汁	やさいたっぷり塩ラーメン 牛乳 えびシュウマイ(2コ) ひじきのサラダ りんご	ごはん 牛乳 ホキのこんぶしょうゆやき だいこんのそぼろ煮 さつま汁
21	22	23	24	25
ごはん 牛乳 秋田県産メンチカツソースがけ はくさいの煮びたし とうふとわかめのみそ汁	ごはん 牛乳 コールスローサラダ チキンカレー 洋なしのコンポート ふくじんづけ	勤労感謝の日 	米粉パン 牛乳 ハンバーグデミグラスソースがけ イタリアンサラダ クリームシチュー	サキホコレごはん 牛乳 いわしの梅煮 こんぶ入りおひたし ★なっとう汁 はちみつレモンゼリー
28	29	30		
ごはん 牛乳 肉だんご(2コ) キャベツのキムチいため ちゅうかスープ	ごはん 牛乳 白身魚フライソースがけ きりぼしだいこんの煮もの じゃがいものみそ汁 パックのりつくだ煮	ごはん 牛乳 ぶた肉のみそやき いそべあえ わかめとゆばのすまし汁		

今月の平均栄養摂取量

	エネルギー (kcal)		たんぱく質 (g)	
	基準	今月	基準	今月
小学校	650	656	21.1~ 32.5g	25.4
中学校	830	814	27.0~ 41.5g	30.8

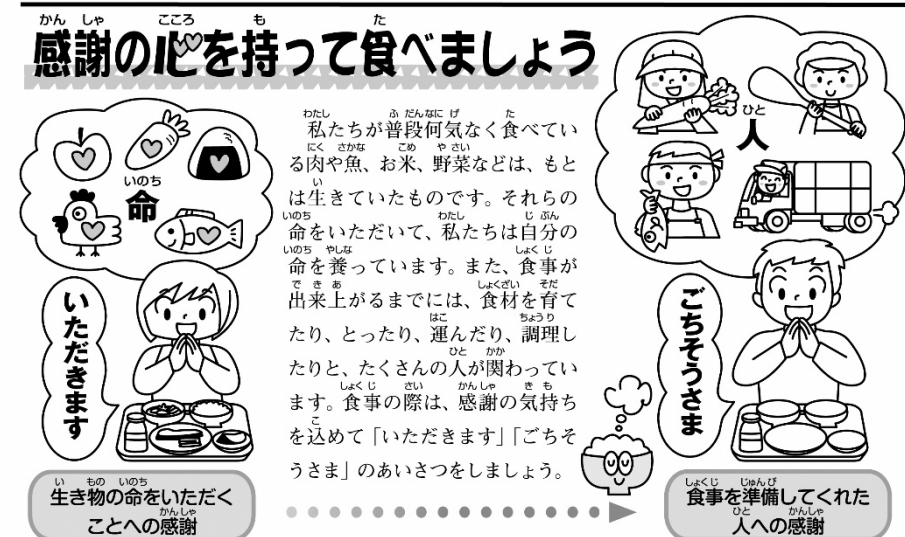
※感染症などの流行により献立を変更する場合があります。

25日(金)は秋田県の新しいお米の品種
サキホコレ米
がです!!



★今月の横手市統一料理は★
25日(金)
「なっとう汁」です
発酵食品の代表、なっとうを入れた横手の郷土料理を味わいましょう。

感謝の心を持って食べましょう



わたしが普段何気なく食べている肉や魚、お米、野菜などは、もとは生きていたものです。それらの命をいただいて、私たちは自分の命を養っています。また、食事が出来上がるまでには、食材を育てたり、とったり、運んだり、調理したりと、たくさんの人が関わっています。食事の際は、感謝の気持ちを込めて「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしましょう。

いただきます
生きての命をいただくことへの感謝

準備してくれた人への感謝

こんにちは! 横手

<https://www.city.yokote.lg.jp/1001344/1004928/1004977.html>

パソコン・スマホで献立チェック!!

スマホからのアクセスはこちら

