

大好き☆出雲!



11月こんだてひょう



平成30年11月発行
出雲市立多伎学校給食センター

今月の目標

感謝して食事をしよう!



今月の出雲産食材

米、牛乳、米粉、大根、ねぎ、キャベツ、きゅうり、ほうれんそう、さつまいも、こまつな、水菜、チンゲンサイ、たけのこ、富有柿



月	火	水	木	金
<p>食べ物の命・食事ができあがるまでに関わる人たち</p>			<p>2日のスイートポテトは多伎小1、2年生さんが作った芋で作りました。</p>	
<p>ごはん 牛乳 さんまのおろしソースかけ キムチあえ ぶた汁</p>			<p>1 秋深しごはん 牛乳 豚肉の元気もりもりあげ 三色あえ もみじ麩のおすまし りんご</p>	
<p>5 ごはん 牛乳 さんまのおろしソースかけ キムチあえ ぶた汁</p>			<p>2 黒糖パン 牛乳 あじフライ グリーンサラダ チンゲンサイのスープ スイートポテト</p>	
<p>6 ごはん 牛乳 マーボー豆腐 白ハタのからあげ ごもく 五目ナムル</p>			<p>7 クリームスパゲティ 牛乳 鮭のレモン焼き レンコンサラダ ミニりんごパン</p>	
<p>8 ごはん 牛乳 うのはなコロッケ 青菜とコーンのおひたし 花麩のおすまし みかん</p>			<p>9 パン チョコクリーム 牛乳 とうふグラタン りっちゃんのげんきサラダ レタスのスープ</p>	
<p>11月は『しまねふるさと給食月間』です。特に、12日～16日は出雲市や島根県内の食材を多く使って作ります。</p>				
<p>12 ごはん 牛乳 なまほ 生干しカレイのからあげ ツナサラダ のっぺい汁</p>			<p>15 おいしい出雲の一日 ごはん 牛乳 出雲ハムのフライ 大根サラダ 出雲野菜のみそ汁 富有柿</p>	
<p>13 ごはん 牛乳 ぶたにくのしょうが焼き 西浜いものサラダ 小松菜のみそ汁</p>			<p>16 パン りんごごジャム 牛乳 ピーフシチュー すごもり卵 水菜のサラダ</p>	
<p>19 そばろどんぶり 牛乳</p>			<p>20 ごはん 牛乳</p>	
<p>21 カレーやきそば 牛乳</p>			<p>22 ごはん 牛乳</p>	
<p>23 ごはん 牛乳</p>			<p>23 ごはん 牛乳</p>	

平成27年度 米使用量一覧表

2018/12/5

<p>じゃこいりおひたし しらたま^{しる} 白玉みそ汁 りんご</p> 	<p>とりにく^{こみ} や 鶏肉の香味焼き なっとう 納豆サラダ さといも^{しる} 里芋のみそ汁</p>	<p>ミンチカツ だいこん^{ちゅう}か 大根の中華サラダ むしパン</p> 	<p>おでん ししゃも^{いそべ}の磯辺揚げ(2ヶ) もみのりあえ</p> 	<p> きんろ^う かんしゃ^ひ 勤労感謝の日</p>
				
<p>26 ごはん 牛乳 さばのかばやき きりぼじ^{だいこん} 切干大根のごますあえ けんちん汁^{じる}</p>	<p>27 ごはん 牛乳 ぶたにく^{ばい}く や 豚肉の梅肉焼き しろあえ さつまいものみそ汁</p>	<p>28 みそキムチラーメン 牛乳 むしシューマイ(2ヶ、3ヶ) チンゲンサイのナムル ミニあげパン</p>	<p>29 ポークカレー 牛乳 オムレツ こまつな 小松菜サラダ オレンジ</p> 	<p>30 キャロットパン 牛乳 たらのピザソース^や焼き りんごとレタスのサラダ パンプキンポタージュ</p>
				