

11月 こんだてひょう

富山市教育委員会

日	曜日	主 食	牛乳	献 立 名	使用している食品			
					赤 体をつくる	緑 体の調子を整える	黄 熱や力になる	
3	月	<div><div>ぶんかひ 文化の日</div></div>						
4	火	ごはん	○	わかさぎのフリッター パンサンスー サムゲタンスープ	ぎゅうにゅう わかさぎフリッター とりにく どうふ	キャベツ きゅうり にんじん だいこん ごぼう たまねぎ ほししいたけ にんにく しょうが ねぎ	ごはん あがら はるさめ さとう ごまあがら もちむぎ	
5	水	ごはん	○	にんじんシューマイ ふくじんあえ カレーうどん	ぎゅうにゅう にんじんシューマイ ぶたにく	はくさい ふくしんづけ にんじん たまねぎ	ごはん さとう カレールウ うどん	
6	木	ごはん	○	かにたま にまめ ごまとうにゅうなべ	ぎゅうにゅう かにたま きんとときまめ ぶたにく あつあげ とうにゅう	にんじん はくさい えのきたけ ねぎ	ごはん さとう こんにやく ごま	
7	金	ごはん	○	ぶたにくのいそべあげ コーンあえ ポテトスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく あおりの ベーコン	こまつな もやし とうもろこし たまねぎ にんじん	ごはん あがら こむぎこ じゃがいも	
10	月	ごはん	○	あじフライ ゆかりあえ たまごとじ	ぎゅうにゅう あじフライ こうやどうふ たまご	チンゲンサイ もやし ゆかり たまねぎ にんじん	ごはん あがら こんにやく じゃがいも さとう	
11	火	ごはん		とりにくとレバーのこうみソース かぶのいろどり みそしる	ぎゅうにゅう ぶたレバー とりにく もめんどうふ わかめ	しょうが ねぎ かぶ かぶのは にんじん たまねぎ はくさい	ごはん あがら こめこ さとう	
12	水	ごはん		さばのぎんがみやき えのきのごまあえ かんとうだき	ぎゅうにゅう さばのぎんがみやき がんもどき	はくさい こまつな えのきたけ にんじん だいこん	ごはん さとう ごま こんにやく じゃがいも	
13	木	ごはん	○	ぶたにくのおいしいため ゆでブロッコリー ワントンスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン	たまねぎ だいこん ブロッコリー にんじん はくさい もやし	ごはん あがら でんぱん ワントンのかわ	
14	金	こめこコッ パパン	○	ハンバーグのケチャップかけ やさしいサラダ クリームに	ぎゅうにゅう ハンバーグ とりにく いんげんまめ だっしふんにゅう なまクリーム	キャベツ グリーンアスパラガス たまねぎ にんじん	こめこコッパパン さとう あがら じゃがいも ホワイトルウ	
17	月	ソフトめん	○	ソフトめんのとやまのごもくあん さつまいものきなこくわのはがらめ りんごヨーグルト <div>とやまの日</div>	ぎゅうにゅう ぶたにく きなこ りんごヨーグルト	たけのこ にんじん もやし はくさい しいたけ ねぎ くわのは	ソフトめん さとう でんぱん あがら さつまいも	
18	火	ごはん	○	ふくらぎのさいきょうやき だいこんのえごまサラダ たまごともずくのスープ	ぎゅうにゅう ふくらぎのさいきょうやき とうふ もずく たまご	だいこん きゅうり えごまのは たまねぎ チンゲンサイ	ごはん さとう ごまあがら でんぱん	
19	水	ごはん	○	ホキのたつたあげ チンゲンサイひたし あつあげのそぼろに だいずふりかけ	ぎゅうにゅう ホキ とりにく あつあげ	しょうが チンゲンサイ はくさい たまねぎ にんじん もやし	ごはん あがら こめこ さとう でんぱん だいずふりかけ	
20	木	ごはん	○	やきにくどん ナムル ぐだくさんじる	ぎゅうにゅう ぶたにく	にんにく しょうが ねぎ もやし こまつな にんじん たまねぎ えのきたけ	ごはん あがら ごまあがら じゃがいも	
21	金	食パン	○	チリコンカン そえやさしい やさしいスープに ポケットチーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく いんげんまめ ウインナー チーズ	にんにく たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん だいこん	食パン あがら じゃがいも	
24	月	<div><div>ふりかえきゅうじつ 振替休日</div></div>						
25	火	ごはん	○	いわしのうめにも やしのうめにも ごまけんちん みかん	ぎゅうにゅう いわしのうめにも ぶたにく もめんどうふ	もやし こまつな だいこん にんじん ごぼう しょうが みかん	ごはん こんにやく さといも ごま	
26	水	ごはん	○	あげぎょうざ カラフルサラダ かんこくふうすきやき	ぎゅうにゅう ぎょうざ ぶたにく やきどうふ	カリフラワー ブロッコリー とうもろこし にんにく しょうが たまねぎ にんじん はくさい ねぎ えのきたけ	ごはん あがら さとう こんにやく ごまあがら	
27	木	ごはん	○	ふくらぎのかばやき とろろこんがあえ <div>とやまの日</div> ミニトマト とやまのやさしいたつがりみそしる	ぎゅうにゅう ふくらぎ とろろこんが うすあげ	こまつな きゅうり ミニトマト だいこん にんじん しめじ みょうが ねぎ	ごはん あがら でんぱん さとう じゃがいも	
28	金	ごはん	○	ちぐさやき いりだいずあえ ベーコンとじゃがいものにももの	ぎゅうにゅう ちぐさやき だいず ベーコン	チンゲンサイ はくさい たまねぎ にんじん	ごはん さとう こんにやく じゃがいも	