

11月のこんだて

○物資の都合により、こんだての内容を一部変更する場合があります。
○こんだて表には、その日の主な食材を記載していますが、アレルギー表としての対応はしていません。

月	火	水	木	金
＼ 11月が旬の食べものたち ／				
はくさい 	ほうれんそう 	かき 	ぶり 	まぐろ 
3日	4日	5日	6日	7日
	(ごはん) 牛乳 他舟 大根スープ ハチミツレモンゼリー	あんぱん 牛乳 華風スープ カレー米粉ポテト	ごはん 牛乳 秋野菜の煮物 さばしょうが煮	小ごはん 牛乳 きざみきつねうどん イカリング(2個) 冬みかん
ふたにく・たまねぎ・ピーマン・にんじん・ながねぎ・たまご・だいこん・レモン	はるさめ・ふたにく・にんじん・たけのこ・もやし・ながねぎ・しいたけ・じゃがいも	とりむねにく・さつまいも・にんじん・だいこん・こんにゃく・ごぼう・しめじ・れんこん・いんげん・さば	あぶらあげ・ながねぎ・ほうれんそう・いか・みかん	
10日	11日	12日	13日	14日
(ごはん) 牛乳 ポークハヤシライス 福神漬け フルーツポンチ	ごはん 牛乳 生揚げのマーボー炒め 白菜のおひたし	米粉 小バターパン 牛乳 ペスカトーレ ベーコンエッグ えだまめ	ごはん 牛乳 のっペイント 豚キムチ 豆乳プリン	米粉丸コッペ 切り込みパン 牛乳 カレー風味のケムチャウグ - メンチカツ 温野菜(ソース和え)
ふたにく・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・トマト・だいこん・パイソ・みかん・かんてん	なまあげ・にんじん・たまねぎ・ピーマン・ふたひきにく・だいす・はくさい	マッシュルーム・えび・いか・たまねぎ・トマト・たまご・ベーコン・えだまめ	とりむねにく・ちくわ・あぶらあげ・こんにゃく・ごぼう・にんじん・じゃがいも・とうふ・ふたにく・キャベツ・はくさい・にら	あさり・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・ぱせり・ふたにく・キャベツ
17日	18日	19日	20日	21日
ごはん 牛乳 豚肉と芋の南蛮煮 ひじき入り厚焼き卵 のりつくだに	ごはん 牛乳 吳汁 真ほっけ和風フライ	ソフトフランスパン 牛乳 マカロニクリーム煮 ハンバーグ(カレーソース) ブロッコリー	ごはん 牛乳 中華風塩あんかけ豆腐 若鶏のごま照り焼き	小ごはん 牛乳 豚骨ラーメン 豆腐焼売(2個) アーモンド バナナ
じゃがいも・ふたにく・にんじん・ごぼう・こんにゃく・たまご・のり	だいす・ふたにく・ながねぎ・にんじん・あぶらあげ・とうふ・たまねぎ・じゃがいも・ほっけ	マカロニ・マッシュルーム・えび・たまねぎ・にんじん・バセリ・ふたひきにく・ブロッコリー	とうふ・はくさい・たまねぎ・にんじん・ながねぎ・ハム・とりもにく	キャベツ・にんじん・もやし・きくらげ・ながねぎ・ふたにく・とうふ・アーモンド・バナナ
24日	25日	26日	27日	28日
振替休日	ごはん 牛乳 キーマカレー 福神漬け フルーツのゼリーあえ	米粉コッペパン 牛乳 アルファベットスープ ポークケチャップソテー 冬みかん チョコペースト	葉めし 牛乳 いももち汁 春雨のごま炒め	ごはん 牛乳 海ぞく煮 からしあえ ふりかけ(のりたま)
とりひきにく・だいす・じゃがいも・いんげん・たまねぎ・トマト・だいこん・みかん・パイソ・レモンゼリー	ウインナー・キャベツ・にんじん・マカロニ・ふたにく・たまねぎ・ピーマン・パブリカ・トマト・みかん	だいこん・じゃがいも・にんじん・あぶらあげ・はるさめ・ふたにく・もやし・メンマ・こまつな	えび・いか・ホタテ・たまねぎ・にんじん・しらたき・たまご・しいたけ・もやし	

給食たより 11月

旭川市立東五条小学校
令和7年10月29日

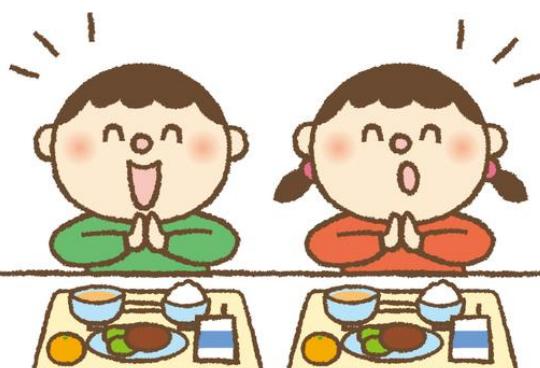
だんだんと寒さが本格的になってきました。ぐっと冷えることが増える11月は、さまざまな野菜が食べ頃となります。旭川でも多くの野菜が育てられ、給食でも使用されています。育てくれた農家さん、運んでくれるトラック運転手さん、調理してくれる調理員さん…。給食にはたくさん的人々が関わって、みなさんの元へ届きます。感謝の気持ちをもって、今月は残食を減らせるように!みんなでがんばりましょう^_^

感謝して食べよう

給食ができるまでには、どのような人たちが関わっているのでしょうか。

畜産農家さんや漁師さん  <p>畜産農家さんとは、お肉となる動物を育てたり、乳製品や卵を生産したりしています。漁師さんは朝早くから海に出て、さかななどの海産物をとっています。</p>	農家さん  <p>農家さんは、お米や野菜をつくっています。種や苗をうえ、長い月日をかけて、わたしたちがおいしく食べる作物を育てています。</p>	
肉屋さんや魚屋さん、八百屋さんなど  <p>農家さんや漁師さんから仕入れた野菜や肉や魚を調理しやすくしてくれたり、しんせんなどのを選んで届けてくれたりします。</p>	配送業者さん  <p>給食室で調理する食材を、お店や工場から給食室まで運んでくれています。なかなか知らない役割ですが、毎日たくさんの食材を運んでくれているので、とっても大切な役割です。</p>	調理員さん  <p>毎日、温かくておいしい給食を作ってくれています。安心で安全な給食を提供できるよう、衛生面にとっても気をつけながら作業をしています。すごく大変な仕事ですが、みんなにおいしいと思ってもらえるように、毎日がんばって作っています。</p>

このようにたくさんの人たちのおかげで、みなさんの元に毎日おいしい給食を届けることができています。また、肉や魚などは、動物の大切な命をいただいています。



にがて 苦手なもの、食べずに残していませんか?お話を夢中で食べられなかった、と、なってしまっていませんか?苦手なものを少しでも頑張って食べたり、残さず完食したりすることは、感謝の気持ちを表す第一步です!