



11月のこんだてひょう

スマートフォンのQRコード読み取りアプリを起動後、カメラの枠内に右のコードを写す(URL表示後・タップで、給食センターのホームページが見られます。)



平成30年度

松前町学校給食センター 給食センターHP QRコード

日	曜日	こんだて			おもなざいりょう			エネルギーたんぱく質脂質	Kcal g
		しゅしょく	牛乳	ふくしょく	ちやくやくほねになる	からだのちょうしをととのえる	はたらくちからやねつになる		
			あか	みどり	き			小学校	中学校
1	木	コッペパン		みそラーメン フルーツあえ かみかみサラダ	ぎゅうにゅう ふたにく やきぶた あかみそ むぎみそ だいす ちりめん	にんじん もやし はねぎ メンマ にんにく みかん もも パイナップル バナナ りんご コーン きゅうり キャベツ	パン ちゅうかめん あぶら アーモンド マヨネーズ	676	846
2	金	しろごはん		きのこのすきやき こにほしのいそかあげ レモンあえ	ぎゅうにゅう きゅうにく あつあげ ひらてん こにほし あおのり たまご	はくさい はねぎ にんじん えのきたけ しめじ キャベツ きゅうり レモン	こめ いとこんにやく さとう あぶら こむぎこ	629	782
5	月	アップルパン		ピーフンじる わかどりのカシューナッツいため わふうサラダ	ぎゅうにゅう ふたにく とりなく うすらたまご やきのり	にんじん ほししいたけ もやし はねぎ たけのこ ピーマン ながねぎ しょうが こまつな コーン	パン アップルチップ ピーフン ごまあぶら でんぷん あぶら カシューナッツ さとう	678	842
6	火			まさきちゅうがっこう リクエストこんだて	ぎゅうにゅう ふたにく えび むぎみそ チーズ こなチーズ たまご あぶらあげ	はくさい にんじん ごぼう ほししいたけ はねぎ たら キムチ	こめ いとこんにやく こむぎこ ごまあぶら こめこ さとう あぶら プリン	671	800
7	水	しろごはん		おやこどんぶり いかのさらさあげ そくせきづけ	ぎゅうにゅう とりなく たまご いか はなかつお	ほししいたけ たまねぎ はねぎ にんじん きりほしだいこん しょうが キャベツ たくあん	こめ さとう でんぷん あぶら ごま	611	771
8	木	コッペパン		ミートスパゲティ ナッツいりこ コールスローサラダ ヨーグルト	ぎゅうにゅう きゅうにく こなチーズ ふたにく こにほし ヨーグルト	たまねぎ にんじん えだまめ トマトピューレ キャベツ コーン きゅうり ピーマン	パン スパゲティ カシューナッツ フレンチドレッシング	685	823
9	金	しろごはん		まーぼーどうふ ばんさんすう おさつチップ	ぎゅうにゅう とうふ あかみそ ふたにく ロースハム	グリーンピース たけのこ もやし たまねぎ にんじん ながねぎ ほししいたけ にんにく しょうが きゅうり きくらげ	こめ あぶら さとう でんぷん はるさめ ごまあぶら さつまいも	672	843
12	月	ゆかりごはん		のっぺいじる はもいりじゃこてん きりほしだいこんのサラダ	ぎゅうにゅう とりなく とうふ じゃこてん ちりめん	あかしそ だいこん にんじん はねぎ きりほしだいこん きゅうり こまつな	こめ さといも でんぷん あぶら さとう	620	776
13	火	ろっこく ごはん		じゃがいものそぼろに しゃぶしゃぶたサラダ こにほし	ぎゅうにゅう きゅうにく ちくわ ふたにく こにほし	たまねぎ にんじん そらまめ ほししいたけ レタス はくさい きゅうり はねぎ ねりうめ	こめ もちむぎ みどりまい はだかむぎ ころまい あかまい もちきび じゃがいも あぶら こんにやく さとう	611	779
14	水	キャロット ライス		おしむぎいりスープ はもとそらまめのトマトチリソース せんぎりサラダ	ぎゅうにゅう ロースハム はも たまご おから	にんじん たまねぎ コーン キャベツ しょうが そらまめ トマトピューレ だいこん きゅうり	こめ はだかむぎ あぶら さとう こむぎこ はだかむぎこ こめこ ドレッシング	631	763
15	木	しろごはん		ほうれんそうのみそしる わかどりのマリネ ゆかりあえ	ぎゅうにゅう あつあげ むぎみそ あかみそ とりなく おから	にんじん ほうれんそう もやし しょうが えのきたけ にんにく たまねぎ キャベツ あかしそ	こめ じゃがいも でんぷん こめこ はだかむぎこ あぶら さとう	634	791
16	金	むぎごはん		かきたまじる まーぼーだいこん すもの みかん	ぎゅうにゅう たまご とうふ ふたにく あかみそ ちりめん	たまねぎ にんじん はねぎ もやし だいこん えだまめ たけのこ ながねぎ にんにく しょうが キャベツ きゅうり みかん	こめ はだかむぎ でんぷん さとう ごまあぶら	610	775
19	月	コッペパン		キャベツとベーコンのスープ とりなくのしろねぎみそやき もやしのサラダ	ぎゅうにゅう ベーコン とりなく しろみそ	キャベツ たまねぎ にんじん パセリ セロリ ながねぎ はねぎ れんこん もやし こまつな	パン さとう あぶら ころごま	648	802
20	火	しろごはん		ポークカレー フレンチサラダ りんご	ぎゅうにゅう ふたにく なまクリーム	たまねぎ にんじん にんにく グリーンピース キャベツ きゅうり あまなつかん ジュース りんご	こめ じゃがいも あぶら さとう	673	843
21	水	しろごはん		いもたき ごまあじいりこ ゆずみそあえ	ぎゅうにゅう とりなく こんぶ あつあげ ひらてん こにほし あおのり いか しろみそ	にんじん はくさい きゅうり ゆず	こめ さといも こんにやく しらたまもち さとう ごま	607	761
22	木	コッペパン		レタスのちゅうかスープ エビチリソース ナムル	ぎゅうにゅう ふたにく たまご えび ロースハム	しょうが レタス たまねぎ にんじん セロリ きゅうり キャベツ	パン はるさめ ごまあぶら こむぎこ でんぷん あぶら さとう ごま	659	812
26	月	こくとうパン		さつまいもシチュー だいこんサラダ みかん	ぎゅうにゅう とりなく やきぶた なまクリーム わかめ	たまねぎ にんじん パセリ だいこん きゅうり みかん	パン こくとう さつまいも あぶら ごま ドレッシング	648	812
27	火	しろごはん		こんさいふたじる ちくわのいそべあげ すだちふうみづけ	ぎゅうにゅう ふたにく ちくわ むぎみそ たまご スキムミルク こなチーズ わかめ あおのり	にんじん ごぼう だいこん はねぎ もやし キャベツ すだち きゅうり	こめ さといも こんにやく こむぎこ あぶら さとう	636	795
28	水			きたいよちゅうがっこう リクエストこんだて	ぎゅうにゅう たい ベーコン まつやまあげ きゅうにく たまご ふたにく	たまねぎ にんじん パセリ だいこん きゅうり	こめ パンこ あぶら さとう ゼリー ドレッシング	658	785
29	木	コッペパン		ちゃんこなべ カミカミチップ はだかむぎマヨサラダ	ぎゅうにゅう とりなく するめ あぶらあげ こにほし ロースハム	ほししいたけ にんじん はくさい えのきたけ ながねぎ しゅんぎく れんこん そらまめ	パン うどん にこみもち さとう アーモンド はだかむぎ さといも マヨネーズ	637	798
30	金	しろごはん		さわにわん ししゃものなんばんづけ ごまあえ	ぎゅうにゅう ふたにく ししゃも あぶらあげ ごまあえ	たけのこ ほししいたけ ごぼう にんじん はねぎ キャベツ ほうれんそう	こめ あぶら さとう でんぷん ごま	606	760

給食センター
試食会

11月の試食会

試食会日時： 11月20日(火) 12時~13時
食券販売日時： 11月5日(月) 12時半~16日(金)



場所： 松前町学校給食センター
TEL 984-1786