

11月 給食献立表

令和6年度

港区立小中一貫教育校赤坂学園赤坂中学校

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日																							
<p>【BOOKメニュー給食】 赤坂小学校の11月5日から16日の読書週間にあわせて、物語に登場する料理を給食で提供します。 どのような料理なのか、物語では誰がどのように作っているのか、本を読んで確認してみてください。 【赤坂小学校学習発表会給食】 学習発表会で各学年が発表する内容とコラボして献立を考えました。お楽しみに！ ＜赤坂学園ホームページ＞</p> 	<p>【和食の日】 11月24日は日本の伝統的な食文化について見直し、和食文化の保護、継承の大切さについて考える「和食の日」です。21日の献立は「和食の日」にあわせて、和食献立にしました。出汁や季節の食材を味わって食べてほしいと思います。</p> <p>【赤坂ベーカリー給食】 赤坂ベーカリー給食では給食室で生地からパンを手作りします。焼きたてのパンを提供します。 【11月平均摂取栄養素量】 エネルギー:800kcal たんぱく質:31.1g</p> 	<p>1日</p> <p>【BOOKメニュー】 北海道みそを作るみそラーメン オニオンドレッシングサラダ ぐりとぐらのかぼちゃ ドーナツ 牛乳</p> <p>『ぐりとぐらとすみれちゃん』に登場するかぼちゃドーナツをイメージして作ります。みそラーメンは鶏ガラスープと北海道みそをあわせてスープを作ります。</p>	<p>4日</p> <p>【BOOKメニュー給食】 バター香とうもろこしご飯 鮭のみみじ焼き 野菜のおひたし サムゲタンスープ 牛乳</p> <p>振替休日</p>	<p>5日</p> <p>【BOOKメニュー給食】 ウーフのはちみつトースト チリコンカン ツナサラダ 牛乳</p> <p>小説『オルタネート』に登場するとうもろこしおにぎり(給食ではご飯として提供)とサムゲタンスープを献立に取り入れました。</p>	<p>6日</p> <p>【BOOKメニュー給食】 親子丼 野菜のからしあえ いのこもち 牛乳</p> <p>『くまの子ウーフ』の物語には「はちみつ」が登場します。はちみつトーストははちみつとバターを混ぜて、食パンにぬって、オーブンで焼いて作ります。</p>	<p>7日</p> <p>【和食の日】 いのこもち 白に食べられてきたおもちです。給食ではあんこを包んだおもちにきなこをかけます。</p>	<p>8日</p> <p>【商店街コラボ給食】 雑穀ご飯 びのさんのトマトチキン煮 バジルドレッシングサラダ 手作りりんごジャムヨーグルト 牛乳</p> <p>港区三田にあるレストラン「びのぐら〜ちえ」のシェフがメニューを考えてくれました。トマトチキン煮はポタージュのようなマトソースに仕上げます。</p>	<p>11日</p> <p>期末考査のため 給食提供なし</p>	<p>12日</p> <p>期末考査のため 給食提供なし</p>	<p>13日</p> <p>【学習発表会給食】 長崎ちゃんぼんめん 焼きししゃも いもけんぴ 牛乳</p> <p>3年生はグループ発表で赤坂のまちについて発表します。赤坂にゆかりのある歴史上の人物に関連した料理にしました。</p>	<p>14日</p> <p>【学習発表会給食】 ジャンバラヤ ABCスープ アップルゼリー 牛乳</p> <p>4年生は英語混じりのクイズ劇を行います。ABCスープにはアルファベットのマカロニが入っています。ジャンバラヤはアメリカで誕生した料理です。</p>	<p>15日</p> <p>【学習発表会給食】 パスポートパン チキンホワイトシチュー カラフルサラダ 牛乳</p> <p>6年生は劇「夢から醒めた夢」を行います。物語にでてくるパスポートをイメージしたトーストパンを作ります。</p>	<p>18日(月)</p> <p>駒ヶ根ソースかつ丼 真だくさんみそ汁 ラ・フランス 牛乳</p>	<p>19日</p> <p>麦ご飯 カレーと野菜の黒酢あえ 中華風コンスープ 牛乳</p> <p>カレーと野菜の黒酢あえは片栗粉をまがし油であげたホキと野菜をスープで煮こみ、黒酢をあえて作ります。黒酢は玄米を発酵させるため、色が黒くなります。</p>	<p>20日</p> <p>【誕生日給食】 ミートソースパゲッティ 三色ピクルス ティラミス風チーズケーキ 牛乳</p> <p>ティラミス風チーズケーキはマスカルポーネチーズ、クリームチーズ、牛乳、生クリーム、卵で生地を作り、上からココアをかけてティラミス風に仕上げます。</p>	<p>21日</p> <p>【和食の日】 ご飯 ぶりのてりやき 小松菜のみそ汁 切り干し大根の炒り煮 牛乳</p> <p>和食の日にちなんで、和食献立です。和食は旬の食材を使ったり、出汁を使ったりするのが特徴です。伝統的な文化として世界無形文化遺産にも登録されています。</p>	<p>22日</p> <p>【食べ比べ給食】 さつまいものカレーライス わかめサラダ りんご食べ比べ (サンふじ・シナノゴールド) 牛乳</p> <p>今月の食べ比べは「りんご」です。サンふじは袋がけをせずに日光をあてて育てるため、甘みが強くなります。シナノゴールドは果汁が多く、しっかりとした食感が特徴です。</p>	<p>25日</p> <p>天丼 豆腐のみそ汁 熊本県産早香 牛乳</p> <p>野菜とじゃこのかき揚げとイカの天ぷらの天丼です。 早香は温州みかんとボンカンを配合してできた品種です。</p>	<p>26日</p> <p>キムタクご飯 卵焼き けんちん汁 牛乳</p> <p>キムタクご飯はキムチとたくあんを混ぜたご飯です。長野県の学校栄養士がたくあんを食べてほしいという思いから誕生した料理です。</p>	<p>27日</p> <p>【ラッキーアイテム】 ご飯(福島県産コシヒカリ) 肉豆腐 カボテサラダ 牛乳</p> <p>コシヒカリは日本で最も栽培されている品種です。福島県会津地方で栽培したコシヒカリを使用します。 カボテサラダはかぼちゃとじゃがいもを使って作ります。</p>	<p>28日</p> <p>じゃこ麦ご飯 ジャンボあげギョウザ ピリ辛きゅうり漬 中華風スープ 牛乳</p> <p>ジャンボあげぎょうざは一般的なぎょうざ5個分の具を直径16センチの大きなぎょうざの皮に包み、油であげて作ります。</p>	<p>29日</p> <p>【赤坂ベーカリー給食】 手作りさつまいもパン チキン&クラムチャウダー 野菜ソテー 牛乳</p> <p>赤坂ベーカリーのパンはパン作りに適した強力粉、北海道産「春よ恋」を使用します。もちもちに仕上がるように30分しっかりこねて生地を作ります。</p>	<p>★11月の給食目標★ 「感謝の気持ちをもって食事をしよう」</p> <p>給食がみなさんの元に届くまでには、食材の産地の方、それを学校まで届けてくれた方、そして給食を作ってくれる調理員さんなど、たくさんの方が関わっています。感謝して食べましょう。</p>				
<p>11日</p> <p>期末考査のため 給食提供なし</p>	<p>12日</p> <p>期末考査のため 給食提供なし</p>	<p>13日</p> <p>【学習発表会給食】 長崎ちゃんぼんめん 焼きししゃも いもけんぴ 牛乳</p> <p>3年生はグループ発表で赤坂のまちについて発表します。赤坂にゆかりのある歴史上の人物に関連した料理にしました。</p>	<p>14日</p> <p>【学習発表会給食】 ジャンバラヤ ABCスープ アップルゼリー 牛乳</p> <p>4年生は英語混じりのクイズ劇を行います。ABCスープにはアルファベットのマカロニが入っています。ジャンバラヤはアメリカで誕生した料理です。</p>	<p>15日</p> <p>【学習発表会給食】 パスポートパン チキンホワイトシチュー カラフルサラダ 牛乳</p> <p>6年生は劇「夢から醒めた夢」を行います。物語にでてくるパスポートをイメージしたトーストパンを作ります。</p>	<p>18日(月)</p> <p>駒ヶ根ソースかつ丼 真だくさんみそ汁 ラ・フランス 牛乳</p>	<p>19日</p> <p>麦ご飯 カレーと野菜の黒酢あえ 中華風コンスープ 牛乳</p> <p>カレーと野菜の黒酢あえは片栗粉をまがし油であげたホキと野菜をスープで煮こみ、黒酢をあえて作ります。黒酢は玄米を発酵させるため、色が黒くなります。</p>	<p>20日</p> <p>【誕生日給食】 ミートソースパゲッティ 三色ピクルス ティラミス風チーズケーキ 牛乳</p> <p>ティラミス風チーズケーキはマスカルポーネチーズ、クリームチーズ、牛乳、生クリーム、卵で生地を作り、上からココアをかけてティラミス風に仕上げます。</p>	<p>21日</p> <p>【和食の日】 ご飯 ぶりのてりやき 小松菜のみそ汁 切り干し大根の炒り煮 牛乳</p> <p>和食の日にちなんで、和食献立です。和食は旬の食材を使ったり、出汁を使ったりするのが特徴です。伝統的な文化として世界無形文化遺産にも登録されています。</p>	<p>22日</p> <p>【食べ比べ給食】 さつまいものカレーライス わかめサラダ りんご食べ比べ (サンふじ・シナノゴールド) 牛乳</p> <p>今月の食べ比べは「りんご」です。サンふじは袋がけをせずに日光をあてて育てるため、甘みが強くなります。シナノゴールドは果汁が多く、しっかりとした食感が特徴です。</p>	<p>25日</p> <p>天丼 豆腐のみそ汁 熊本県産早香 牛乳</p> <p>野菜とじゃこのかき揚げとイカの天ぷらの天丼です。 早香は温州みかんとボンカンを配合してできた品種です。</p>	<p>26日</p> <p>キムタクご飯 卵焼き けんちん汁 牛乳</p> <p>キムタクご飯はキムチとたくあんを混ぜたご飯です。長野県の学校栄養士がたくあんを食べてほしいという思いから誕生した料理です。</p>	<p>27日</p> <p>【ラッキーアイテム】 ご飯(福島県産コシヒカリ) 肉豆腐 カボテサラダ 牛乳</p> <p>コシヒカリは日本で最も栽培されている品種です。福島県会津地方で栽培したコシヒカリを使用します。 カボテサラダはかぼちゃとじゃがいもを使って作ります。</p>	<p>28日</p> <p>じゃこ麦ご飯 ジャンボあげギョウザ ピリ辛きゅうり漬 中華風スープ 牛乳</p> <p>ジャンボあげぎょうざは一般的なぎょうざ5個分の具を直径16センチの大きなぎょうざの皮に包み、油であげて作ります。</p>	<p>29日</p> <p>【赤坂ベーカリー給食】 手作りさつまいもパン チキン&クラムチャウダー 野菜ソテー 牛乳</p> <p>赤坂ベーカリーのパンはパン作りに適した強力粉、北海道産「春よ恋」を使用します。もちもちに仕上がるように30分しっかりこねて生地を作ります。</p>	<p>★11月の給食目標★ 「感謝の気持ちをもって食事をしよう」</p> <p>給食がみなさんの元に届くまでには、食材の産地の方、それを学校まで届けてくれた方、そして給食を作ってくれる調理員さんなど、たくさんの方が関わっています。感謝して食べましょう。</p>												
<p>18日(月)</p> <p>駒ヶ根ソースかつ丼 真だくさんみそ汁 ラ・フランス 牛乳</p>	<p>19日</p> <p>麦ご飯 カレーと野菜の黒酢あえ 中華風コンスープ 牛乳</p> <p>カレーと野菜の黒酢あえは片栗粉をまがし油であげたホキと野菜をスープで煮こみ、黒酢をあえて作ります。黒酢は玄米を発酵させるため、色が黒くなります。</p>	<p>20日</p> <p>【誕生日給食】 ミートソースパゲッティ 三色ピクルス ティラミス風チーズケーキ 牛乳</p> <p>ティラミス風チーズケーキはマスカルポーネチーズ、クリームチーズ、牛乳、生クリーム、卵で生地を作り、上からココアをかけてティラミス風に仕上げます。</p>	<p>21日</p> <p>【和食の日】 ご飯 ぶりのてりやき 小松菜のみそ汁 切り干し大根の炒り煮 牛乳</p> <p>和食の日にちなんで、和食献立です。和食は旬の食材を使ったり、出汁を使ったりするのが特徴です。伝統的な文化として世界無形文化遺産にも登録されています。</p>	<p>22日</p> <p>【食べ比べ給食】 さつまいものカレーライス わかめサラダ りんご食べ比べ (サンふじ・シナノゴールド) 牛乳</p> <p>今月の食べ比べは「りんご」です。サンふじは袋がけをせずに日光をあてて育てるため、甘みが強くなります。シナノゴールドは果汁が多く、しっかりとした食感が特徴です。</p>	<p>25日</p> <p>天丼 豆腐のみそ汁 熊本県産早香 牛乳</p> <p>野菜とじゃこのかき揚げとイカの天ぷらの天丼です。 早香は温州みかんとボンカンを配合してできた品種です。</p>	<p>26日</p> <p>キムタクご飯 卵焼き けんちん汁 牛乳</p> <p>キムタクご飯はキムチとたくあんを混ぜたご飯です。長野県の学校栄養士がたくあんを食べてほしいという思いから誕生した料理です。</p>	<p>27日</p> <p>【ラッキーアイテム】 ご飯(福島県産コシヒカリ) 肉豆腐 カボテサラダ 牛乳</p> <p>コシヒカリは日本で最も栽培されている品種です。福島県会津地方で栽培したコシヒカリを使用します。 カボテサラダはかぼちゃとじゃがいもを使って作ります。</p>	<p>28日</p> <p>じゃこ麦ご飯 ジャンボあげギョウザ ピリ辛きゅうり漬 中華風スープ 牛乳</p> <p>ジャンボあげぎょうざは一般的なぎょうざ5個分の具を直径16センチの大きなぎょうざの皮に包み、油であげて作ります。</p>	<p>29日</p> <p>【赤坂ベーカリー給食】 手作りさつまいもパン チキン&クラムチャウダー 野菜ソテー 牛乳</p> <p>赤坂ベーカリーのパンはパン作りに適した強力粉、北海道産「春よ恋」を使用します。もちもちに仕上がるように30分しっかりこねて生地を作ります。</p>	<p>★11月の給食目標★ 「感謝の気持ちをもって食事をしよう」</p> <p>給食がみなさんの元に届くまでには、食材の産地の方、それを学校まで届けてくれた方、そして給食を作ってくれる調理員さんなど、たくさんの方が関わっています。感謝して食べましょう。</p>																	
<p>25日</p> <p>天丼 豆腐のみそ汁 熊本県産早香 牛乳</p> <p>野菜とじゃこのかき揚げとイカの天ぷらの天丼です。 早香は温州みかんとボンカンを配合してできた品種です。</p>	<p>26日</p> <p>キムタクご飯 卵焼き けんちん汁 牛乳</p> <p>キムタクご飯はキムチとたくあんを混ぜたご飯です。長野県の学校栄養士がたくあんを食べてほしいという思いから誕生した料理です。</p>	<p>27日</p> <p>【ラッキーアイテム】 ご飯(福島県産コシヒカリ) 肉豆腐 カボテサラダ 牛乳</p> <p>コシヒカリは日本で最も栽培されている品種です。福島県会津地方で栽培したコシヒカリを使用します。 カボテサラダはかぼちゃとじゃがいもを使って作ります。</p>	<p>28日</p> <p>じゃこ麦ご飯 ジャンボあげギョウザ ピリ辛きゅうり漬 中華風スープ 牛乳</p> <p>ジャンボあげぎょうざは一般的なぎょうざ5個分の具を直径16センチの大きなぎょうざの皮に包み、油であげて作ります。</p>	<p>29日</p> <p>【赤坂ベーカリー給食】 手作りさつまいもパン チキン&クラムチャウダー 野菜ソテー 牛乳</p> <p>赤坂ベーカリーのパンはパン作りに適した強力粉、北海道産「春よ恋」を使用します。もちもちに仕上がるように30分しっかりこねて生地を作ります。</p>	<p>★11月の給食目標★ 「感謝の気持ちをもって食事をしよう」</p> <p>給食がみなさんの元に届くまでには、食材の産地の方、それを学校まで届けてくれた方、そして給食を作ってくれる調理員さんなど、たくさんの方が関わっています。感謝して食べましょう。</p>																						
<p>★11月の給食目標★ 「感謝の気持ちをもって食事をしよう」</p> <p>給食がみなさんの元に届くまでには、食材の産地の方、それを学校まで届けてくれた方、そして給食を作ってくれる調理員さんなど、たくさんの方が関わっています。感謝して食べましょう。</p>																											