

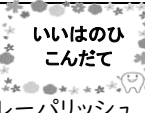


# 11 がつ こんだてよていひょう(しょうがっこう)





小田原市国府津学校給食共同調理場

| ひ  | ようび | こんだてめい                                                                                                                                                          | おもにエネルギーの<br>もとになるしょくひん<br>(きいろ)          | おもにからだをつくる<br>もとになるしょくひん<br>(あか)            | おもにからだのちょうしを<br>ととのえるしょくひん<br>(みどり)             | エネギー<br>たんぱくしつ | kcal<br>g | ちゅうし<br>など        |
|----|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------|-------------------------------------------------|----------------|-----------|-------------------|
|    |     |                                                                                                                                                                 | しょうゆ・ケチャップ・ちょうみりょう・こうしんりょうなどは、きさいしてありません。 |                                             |                                                 | ししつ            | g         |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | えんぶん           | g         |                   |
| 4  | 火   | ぎゅうにゅう ごはん<br>ガイヤーン<br>にくだんごのスープ                                                                                                                                | ごはん あぶら さとう<br>ごま じゃがいも<br>マーガリン          | ぎゅうにゅう とりにく<br>にくだんご                        | にんにく ながねぎ<br>にんじん たまねぎ                          | 601            |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 24.2           |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 20.3           |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 1.5            |           |                   |
| 5  | 水   | ぎゅうにゅう (ゆでめん)<br>ちゃんこうどん<br>さつまいものてんぷら                                                                                                                          | ゆでめん あぶら<br>さつまいも こむぎこ                    | ぎゅうにゅう ぶたにく<br>しろちくわ                        | にんじん だいこん<br>キャベツ たけのこ<br>ながねぎ                  | 607            |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 19.9           |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 17.6           |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 1.7            |           |                   |
| 6  | 木   | ぎゅうにゅう ごはん<br>おだわらかますフライ<br>しおにくじゃが                                                                                                                             | ごはん こむぎこ<br>パンこ<br>あぶら ごまあぶら<br>じゃがいも さとう | ぎゅうにゅう かます<br>ぶたにく                          | にんにく にんじん<br>たまねぎ いんげん                          | 602            |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 20.6           |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 17.3           |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 1.1            |           |                   |
| 7  | 金   | ぎゅうにゅう<br>(むぎいりごはん)<br>こぎつねごはん<br>たまねぎのみそする  <b>いいはのひ<br/>こんだて</b><br>カレーパリッシュ | ごはん むぎ<br>ごまあぶら<br>さとう みずあめ               | ぎゅうにゅう とりにく<br>あぶらあげ みそ<br>わかめ<br>たづくり      | ごぼう にんじん<br>たまねぎ はくさい                           | 612            |           | 国府津小<br>3年生<br>中止 |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 24.6           |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 20.0           |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 2.0            |           |                   |
| 10 | 月   | ぎゅうにゅう ぶどうパン<br>かぼちゃコロッケ<br>ぶたにくのトマトに                                                                                                                           | ぶどうパン あぶら<br>じゃがいも さとう<br>マーガリン こむぎこ      | ぎゅうにゅう ぶたにく                                 | かぼちゃコロッケ<br>にんにく たまねぎ<br>トマト えだまめ               | 669            |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 21.7           |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 25.4           |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 2.1            |           |                   |
| 11 | 火   | ぎゅうにゅう ごはん<br>とりにくとじゃがいものチリソース<br>わかめスープ                                                                                                                        | ごはん かたくりこ<br>あぶら じゃがいも<br>ごまあぶら さとう<br>ごま | ぎゅうにゅう とりにく<br>ぶたにく わかめ                     | にんにく しょうが<br>ながねぎ たまねぎ<br>にんじん                  | 661            |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 22.8           |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 22.3           |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 1.9            |           |                   |
| 12 | 水   | ぎゅうにゅう<br>(ホットラーメン) タンメン<br>チキンナゲット ヨーグルト                                                                                                                       | ホットラーメン あぶら                               | ぎゅうにゅう ぶたにく<br>なると<br>チキンナゲット<br>ヨーグルト      | にんにく しょうが<br>にんじん きくらげ<br>もやし キャベツ<br>ながねぎ こまつな | 615            |           | 国府津小<br>4年生<br>中止 |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 28.9           |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 18.4           |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 1.4            |           |                   |
| 13 | 木   | ぎゅうにゅう ごはん<br>さばのカレーじょうゆやき<br>ちくぜんに<br>キャベツのおかかいため                                                                                                              | ごはん あぶら さとう<br>ごまあぶら ごま                   | ぎゅうにゅう さば<br>とりにく こおりどうふ<br>おかかふりかけ         | しょうが にんじん<br>ごぼう たけのこ<br>こんにゃく いんげん<br>キャベツ     | 625            |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 26.4           |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 20.1           |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 1.5            |           |                   |
| 14 | 金   | ぎゅうにゅう (ごはん)<br>かまぼこん<br>あきやさいのみそする  <b>かまぼこのひ<br/>こんだて</b>                  | ごはん あぶら さとう<br>ごま かたくりこ<br>さといも           | ぎゅうにゅう ぶたにく<br>かまぼこ あぶらあげ<br>みそ             | にんじん たまねぎ<br>しらたき だいこん<br>しめじ こまつな              | 602            |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 24.0           |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 17.6           |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 1.9            |           |                   |
| 17 | 月   | ぎゅうにゅう<br>こめこロールパン<br>さつまいものクリームシチュー<br>カラフルソテー                                                                                                                 | こめこロールパン<br>あぶら さつまいも<br>マーガリン こむぎこ       | ぎゅうにゅう ぶたにく<br>だっしふんにゅう<br>ベーコン             | たまねぎ にんじん<br>えだまめ コーン<br>キャベツ こまつな              | 650            |           | 下曽我小<br>全校中止      |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 27.8           |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 28.2           |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 2.6            |           |                   |
| 18 | 火   | ぎゅうにゅう (ごはん)<br>マーボーどうふどん<br>ちゅうかスープ                                                                                                                            | ごはん ごまあぶら<br>さとう かたくりこ<br>あぶら ごま          | ぎゅうにゅう ぶたにく<br>だいずミート みそ<br>とうふ とりにく<br>わかめ | しょうが にんにく<br>たまねぎ にんじん<br>ながねぎ にら               | 603            |           | 国府津小<br>5年生<br>中止 |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 23.1           |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 18.3           |           |                   |
|    |     |                                                                                                                                                                 |                                           |                                             |                                                 | 2.0            |           |                   |

## こんげつのおだわらさん

～給食で使用する、地場産物を紹介します～



### ちくわ・かます・かまぼこ・なると



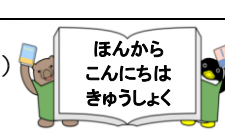
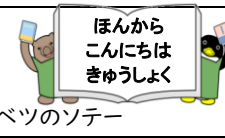
お子さんが通う学校  
給食の献立確認や、簡  
単なアレルギーチェッ  
クができるアプリです。  

※給食ナビは、給食中止日でも献立が  
掲載されますので、ご承知おください。

食材料は給食費と  
市の補助金で  
まかなわれています。



小田原市の学校給食では、平成24年度9月から給食で使用する食材の放射性物質検査を実施しています。  
検査結果については、市のホームページでお知らせしています。

| ひ  | ようび | こんだてめい                                          | おもにエネルギーの<br>もとになるしょくひん<br>(きいろ)                                                                              | おもにからだをつくる<br>もとになるしょくひん<br>(あか)         | おもにからだのちようしを<br>ととのえるしょくひん<br>(みどり)         | エネギー                                             | kcal | ちゅうし<br>など                  |
|----|-----|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------------------|------|-----------------------------|
|    |     |                                                 | しょうゆ・ケチャップ・ちようみりよう・こうしんりようなどは、きさいしてありません。                                                                     | たんぱくしつ                                   | g                                           |                                                  |      |                             |
|    |     |                                                 |                                                                                                               | ししつ                                      | g                                           |                                                  |      |                             |
|    |     |                                                 |                                                                                                               |                                          |                                             | えんぶん                                             | g    |                             |
| 19 | 水   | ぎゅうにゅう (ソフトめん)<br>ごもくうどん やさいいりにくしゅうまい<br>ラムネゼリー | ソフトめん あぶら<br>ラムネゼリー                                                                                           | ぎゅうにゅう とりにく<br>あぶらあげ なんと<br>やさいいりにくしゅうまい | にんじん はくさい<br>しいたけ ながねぎ<br>こまつな              | 608                                              |      |                             |
|    |     |                                                 |                                                                                                               |                                          |                                             | 23.7                                             |      |                             |
|    |     |                                                 |                                                                                                               |                                          |                                             | 18.0                                             |      |                             |
|    |     |                                                 |                                                                                                               |                                          |                                             | 2.2                                              |      |                             |
| 20 | 木   | ぎゅうにゅう ごはん<br>とりにくのからあげ とんじる                    | ごはん あぶら<br>ごまあぶら<br>かたくりこ<br>じゃがいも                                                                            | ぎゅうにゅう とりにく<br>ぶたにく とうふ みそ               | しょうが にんにく<br>ごぼう にんじん<br>こんにゃく だいこん<br>ながねぎ | 657                                              |      |                             |
|    |     |                                                 |                                                                                                               |                                          |                                             | 24.7                                             |      |                             |
|    |     |                                                 |                                                                                                               |                                          |                                             | 24.1                                             |      |                             |
|    |     |                                                 |                                                                                                               |                                          |                                             | 1.7                                              |      |                             |
| 21 | 金   | ぎゅうにゅう<br>むぎいりごはん<br>すきやきふうに<br>のっぺいじる          | <br>だしであじわう<br>わしょくのひこんだて    | ごはん むぎ あぶら<br>さとう かたくりこ<br>さといも          | ぎゅうにゅう ぶたにく<br>とうふ とりにく<br>しろちくわ            | にんじん しらたき<br>はくさい ながねぎ<br>だいこん こまつな              | 598  | 国府津小<br>1・5年生<br>中止         |
|    |     |                                                 |                                                                                                               |                                          |                                             |                                                  | 23.8 |                             |
|    |     |                                                 |                                                                                                               |                                          |                                             |                                                  | 18.2 |                             |
|    |     |                                                 |                                                                                                               |                                          |                                             |                                                  | 1.8  |                             |
| 25 | 火   | ぎゅうにゅう ごはん<br>マグロカツ こんさいじる                      | ごはん あぶら<br>ごまあぶら<br>じゃがいも                                                                                     | ぎゅうにゅう<br>マグロカツ ぶたにく<br>とうふ              | ごぼう こんにゃく<br>にんじん だいこん<br>ながねぎ              | 602                                              |      | 下曽我小<br>3・4年生<br>中止         |
|    |     |                                                 |                                                                                                               |                                          |                                             | 19.4                                             |      |                             |
|    |     |                                                 |                                                                                                               |                                          |                                             | 19.5                                             |      |                             |
|    |     |                                                 |                                                                                                               |                                          |                                             | 1.5                                              |      |                             |
| 26 | 水   | ぎゅうにゅう<br>(ホットラーメン)<br>ポニョラーメン<br>ちゅうかいだめ       | <br>ほんから<br>こんにちば<br>きゅうしょく  | ホットラーメン あぶら<br>ごまあぶら                     | ぎゅうにゅう ぶたにく<br>ハム ベーコン                      | にんにく しょうが<br>にんじん もやし<br>コーン ながねぎ<br>キャベツ チンゲンサイ | 600  |                             |
|    |     |                                                 |                                                                                                               |                                          |                                             |                                                  | 29.5 |                             |
|    |     |                                                 |                                                                                                               |                                          |                                             |                                                  | 21.6 |                             |
|    |     |                                                 |                                                                                                               |                                          |                                             |                                                  | 2.3  |                             |
| 27 | 木   | ぎゅうにゅう ごはん<br>ソイぶた コーンスープ                       | ごはん あぶら<br>かたくりこ さとう                                                                                          | ぎゅうにゅう<br>こおりとうふ<br>ぶたにく<br>とりにく         | にんにく しょうが<br>にんじん たまねぎ<br>ピーマン コーン<br>こまつな  | 653                                              |      |                             |
|    |     |                                                 |                                                                                                               |                                          |                                             | 24.8                                             |      |                             |
|    |     |                                                 |                                                                                                               |                                          |                                             | 22.4                                             |      |                             |
|    |     |                                                 |                                                                                                               |                                          |                                             | 1.9                                              |      |                             |
| 28 | 金   | ぎゅうにゅう<br>(ごはん)<br>ラッキーカレー<br>ベーコンとキャベツのソテー     | <br>ほんから<br>こんにちば<br>きゅうしょく | ごはん あぶら<br>じゃがいも<br>マーガリン<br>こむぎこ        | ぎゅうにゅう ぶたにく<br>ベーコン                         | にんにく しょうが<br>たまねぎ にんじん<br>りんごソース コーン<br>キャベツ     | 663  | 下曽我小<br>なかよし<br>4～6年生<br>中止 |
|    |     |                                                 |                                                                                                               |                                          |                                             |                                                  | 21.2 |                             |
|    |     |                                                 |                                                                                                               |                                          |                                             |                                                  | 22.7 |                             |
|    |     |                                                 |                                                                                                               |                                          |                                             |                                                  | 1.6  |                             |

※<sup>ちゅうがくねん</sup>中学年の<sup>えいよう</sup>栄養価を記載しています。

※<sup>きゅうしょく</sup>給食で<sup>しやう</sup>使用されている<sup>せいせん</sup>生鮮食品(野菜・肉・魚)の<sup>さんち</sup>産地を毎日学校へお知らせしています。

※<sup>あぶら</sup>揚げ油は、3回程度使用しています。

【国府津共同調理場】

※<sup>ぶつしつ</sup>物資の都合により、<sup>けんりつ</sup>献立が変更になる場合があります。

※アレルギーのある方は、アレルギー<sup>かくにん</sup>確認<sup>かくにん</sup>献立<sup>かくにん</sup>表の表示<sup>ひょうじ</sup>を見てください。

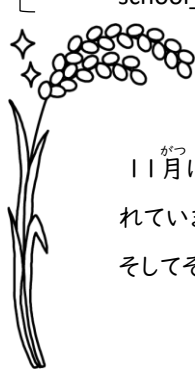


★市のホームページに給食の写真を掲載しています。

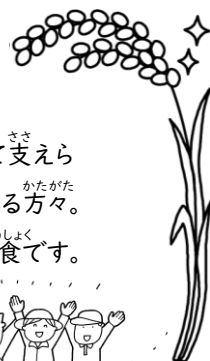
【URL】[https://www.city.odawara.kanagawa.jp/field/educh/educations/menu/school\\_lunch/menu\\_kozu/](https://www.city.odawara.kanagawa.jp/field/educh/educations/menu/school_lunch/menu_kozu/)

#### 主食について

主食の米飯・パン・麺製品につきましては、同じラインでアレルギーとなるそば・卵・えび等を使用した製品を製造している場合があります。ご不明な点がありましたら国府津学校給食共同調理場(48-1862)までご連絡ください。



## 『感謝して食べよう』



11月には「<sup>がふ</sup>勤労感謝の日」があります。<sup>わたし</sup>私たちが毎日<sup>まいにち</sup>食べている<sup>きゅうしょく</sup>給食は、<sup>ひと</sup>たくさんの人の<sup>はたら</sup>働きによって<sup>ささ</sup>支えられています。<sup>やさい</sup>野菜や<sup>こめ</sup>お米を<sup>そだ</sup>育ててくれる<sup>のうか</sup>農家さんや<sup>さかな</sup>魚をとって<sup>りやうし</sup>くれる<sup>うし</sup>漁師さん、<sup>うし</sup>牛や<sup>ぶた</sup>豚、<sup>とり</sup>鶏を<sup>そだ</sup>育ててくれる<sup>かたがた</sup>方々。  
そしてそれらを<sup>はこ</sup>運んでくれる<sup>かたがた</sup>方々、<sup>ちやうり</sup>調理をして<sup>ちやうり</sup>くれる<sup>おお</sup>調理員さん。<sup>ひと</sup>こうした<sup>おも</sup>多くの人の<sup>きゅうしょく</sup>思いが<sup>きゅうしょく</sup>つまった<sup>きゅうしょく</sup>給食です。

大切な食事  
のあいさつ

いただきますと

ごちそうさま



### 『いただきます』

<sup>た</sup>食べ物となる<sup>どうぶつ</sup>動物や<sup>しょくぶつ</sup>植物の  
<sup>いのち</sup>命への感謝と<sup>しょくじ</sup>食事に関わった  
<sup>ひと</sup>すべての人への<sup>かんしゃ</sup>感謝が込めら  
れています。



### 『ごちそうさま』

<sup>かんじ</sup>漢字で「<sup>ごちそう</sup>ご馳走さま」と書き、<sup>はし</sup>走り  
回って<sup>じゆんび</sup>準備するという意味です。  
<sup>しょくじ</sup>食事を用意してくれた人への  
感謝が込められています。

11月分の納期限は1月5日です。口座振替の方は、納期限が振替日となります。残高のご確認をお願いします。