

平成30年11月 大分工業高校定時制献立

日	曜	献立名	食材	エネルギー Kcal	蛋白 g
1	木	ごはん ポークチャップ 野菜炒め 白菜と卵のスープ	米・麦 豚肉・玉ねぎ 人参・もやし・しめじ・キャベツ 白菜・玉ねぎ・人参・ピーマン	734	35.8
2	金	ごはん(少なめ) 狐うどん 鶏の照り焼き	ごはん・麦 うどん・舞司あげ・かまぼこ・鶏肉・乾しいたけ・人参・小ねぎ 鶏の照り焼き・サニーレタス	788	34.9
5	月	ごはん 鶏の白葱の炒め物 スパゲティサラダ のっぺい汁	米・麦 鶏肉・白葱・玉ねぎ スパゲティ・人参・ロースハム・きゅうり・コーン 鶏肉・大根・人参・里芋・厚揚げ・乾しいたけ・小ねぎ	768	32.3
6	火	豚キムチ丼 白菜とほうれん草のツナ和え ワカメスープ	米・麦・豚肉・厚揚げ・朝鮮漬け・にら・にんじん・玉ねぎ 白菜・ツナ・ほうれん草 ワカメ・玉ねぎ・干しシイタケ・蒲鉾	849	29.2
7	水	ごはん さんまのみじおろしかけ アーモンド和え 豆腐の味噌汁	米・麦 サンマ・大根・人参 いんげん・人参 豆腐・玉ねぎ・揚げ・わかめ	890	32.1
8	木	ゆかりごはん(少なめ) あんかけ焼きそば かしわ汁 柿	米・ゆかり 鶏・豚肉・人参・キャベツ・玉ねぎ・もやし・乾しいたけ・いか・ちくわ・きくらげ 鶏肉・ごぼう・にんじん・こんにやく・豆腐・ほうれん草 柿	825	35.7
9	金	ごはん タンドリーチキン コールスローサラダ 野菜のポタージュ	米・麦 鶏肉 キャベツ・きゅうり・にんじん・ロースハム さつまいも・玉ねぎ・人参・ほうれん草・ベーコン・コーン	832	35
12	月	ごはん 豚のしょうが焼き 茹で野菜 こんにやく土佐煮 すまし汁	米・麦 豚肉 キャベツ・人参 こんにやく 玉ねぎ・豆腐・乾しいたけ・にんじん・小ねぎ	689	29.5
13	火	ごはん アジフライ にらたま汁 かぶのそぼろあんかけ	米・麦 アジフライ にら・乾しいたけ・玉ねぎ・人参・卵・豆腐 カブ・鶏ミンチ	779	30.7
14	水	エビクリームライス 海藻サラダ オニオンスープ	米・麦・ムキエビ・鶏肉・玉ねぎ・しめじ ワカメ・海藻シイタケ・ツナ缶・きゅうり・キャベツ ベーコン・玉ねぎ・人参・パセリ	836	34.7
県産食材週					
16	金	ごはん とり天 みつ煮ともやしのお浸し さつまいもの味噌汁	米・麦 鶏肉 みつば・白菜・もやし さつまいも・大根・にんじん・小ねぎ まるごと一日大分県産	754	29.5
19	月	とりめし たこのぶつぎり 回子汁	米・麦・鶏肉・ごぼう 地たこ やせうぎ・豚肉・里芋・にんじん・生シイタケ・たいこん・ごぼう・小ねぎ	785	36.2
20	火	根菜カレー 大根とエノキのサラダ 福神漬	米・里芋・玉ねぎ・人参・れんこん・ごぼう 大根・えのき・ハム 福神漬	806	30.9
21	水	高菜チヤーハン れんこんサラダ 中華スープ	米・高菜漬け・ちりめん・卵 れんこん・人参・コーン・ツナ缶 豚肉・人参・白菜・伊勢糸・乾しいたけ	955	34.4
22	木	ごはん 県産さばの変わりソース ごぼうの金平 きのこ汁	米・麦 さば ごぼう・にんじん・いんげん・蒟蒻 わけ・なめこ・えのき・乾しいたけ・わかめ	857	35.1
26	月	ごはん すきやき ワカメ胡麻酢和え	米・麦 豚肉・焼き豆腐・糸こんにやく・大根・人参・白菜・白ネギ・マロニー わかめ・もやし・人参	892	35
27	火	コッペパン かぼすジャム	コッペパン かぼすジャム	863	37.1
28	水	鶏ときのこのクリームスパゲティ さつまいもご飯 鮭の黄金焼き ブロッコリーのおかか和え 鶏つくね汁	米・麦・さつまいも 鶏 ブロッコリー・コーン 鶏つくね・乾しいたけ・人参・小松菜・小ねぎ	818	32.5
29	木	ごはん ハンバーグきのこソース さわかめの炒め煮 糸こんにやくのスープ	米・麦 ハンバーグ・しめじ・えのき・エリンギ さわかめ・人参・さつまいも・ムキ枝豆 ベーコン・玉ねぎ・人参・もやし・糸こんにやく・わかめ・ネギ	943	30.5
30	金	ごはん 手羽元と大根の甘辛煮 小松菜の洋風煮びたし 味噌汁	米・麦 鶏手羽元・大根 小松菜・ベーコン 玉ねぎ・ジャガイモ・揚げ・人参・小ねぎ	843	32.4

※食材の都合により、献立が変更になる場合があります。

11月16日から22日は食育ウイーク!

県産食材を積極的に使っています。

また、11月19日は「学校給食1日まるごと大分県」
食材を100%大分県産のものを使っています。

11月15日は、七五三!

神社にお参りやお祝いをする行事です。

七五三と言ったら、千歳飴というくらいに、七五三には千歳飴は欠かせません。
では、千歳飴は、いつから七五三に用いられるようになったのでしょうか?



・千歳飴の意味

「親が子供に長寿の願い」をかけています。昔は、子供の生存率が高くなかったため
「無事に育って長生きしてほしい」といった願いが強かったのかもしれない。
千歳飴は、直径15ミリ位、長さ1メートル以内と決められているようです。

