令和8年度

11がつ こんだてひょう

北海道星置養護学校

ようび	月	火	水	木	金
ひにち	2 ほしみこうとうがくえんのきゅうしょく	3 ぶんかのひ	4	5	6
こんだて	ごはん みそしる（こまつな・あつあげ） ★かにたまケチャップあん きりぼしだいこんのにもの		スパゲッティミートソース やさいスティック ソフールげんきヨーグルト	ごはん みそしる（キャベツ・こうやとうふ） とりのガーリックソテー ふきとあぶらあげのにもの	しょくパン、ブルーベリージャム ミートボールスープ かぼちゃグラタン フルーツポンチ
はたらき つくる	ぎゅうにゅう あつあげ たまご かにかまぼこ あぶらあげ ひじき		ぎゅうにゅう ぶたひきにく ぶたレバー だいず こなチーズ ヨーグルト	ぎゅうにゅう こうやとうふ とりにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう ミートボール とりにく チーズ スキムミルク
はたらき うごかす	こめ さとう あぶら かたくりこ		スパゲッティ オリーブオイル バター こむぎこ さとう	こめ あぶら さとう	しょくパン ブルーベリージャム あぶら バター こむぎこ パンこ
はたらき ととのえる	こまつな たけのこ にんじん きりぼしだいこん		たまねぎ にんじん セロリ パセリ にんにく きゅうり	キャベツ にんにく ふき にんじん しめじ	はくさい たまねぎ にんじん かぼちゃ コーン みかん パイン もも
ひにち	9	10	11	12	13 がくしゅうはっぴょうかがんばろうメニュー
こんだて	ごはん みそしる（さつまいも・しめじ） あつあげとやさいのオイスターソースいため ブロッコリーわふうサラダ	あんかけやきそば チーズポテト バナナ	ごはん ぶたじる ホッケのしょうがやき きんぴらごぼう	バターチキンカレー キャベツとコーンのサラダ ももゼリー	ごはん はくさいととうふのスープ とりのしおからあげ なめたけあえ
はたらき つくる	ぎゅうにゅう あつあげ とりひきにく かつおぶし	ぎゅうにゅう ぶたにく アサリ こなチーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ ホッケ	ぎゅうにゅう とりにく ヨーグルト なまクリーム	ぎゅうにゅう とうふ とりにく
はたらき うごかす	こめ さつまいも ゴマあぶら さとう	やきそば あぶら ゴマあぶら かたくりこ じゃがいも	こめ じゃがいも さとう あぶら	こめ バター さとう モモゼリー	こめ あぶら こむぎこ かたくりこ あぶら
はたらき ととのえる	しめじ キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン ブロッコリー	はくさい たまねぎ チンゲンサイ にんじん たけのこ ほししいたけ しょうが にんにく バナナ	たまねぎ だいこん にんじん しらたき ごぼう ピーマン	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト キャベツ きゅうり コーン あかピーマン	はくさい にんじん しめじ ねぎ にんにく もやし こまつな なめたけ
ひにち	16 しょうがくぶきゅうぎょうび	17	18	19	20
こんだて	ごはん、のりつくだに みそしる（チンゲンサイ・あぶらあげ） いりとうふ だいこんサラダ	しおやさいラーメン ごぼうとだいずのごまがらめ りんご	ごはん よしのじる ブリのなんばんづけ ごまみそあえ	スタミナやきにくどんぶり みそしる（かぼちゃ・えのきだけ） ひじきのわふうサラダ	くろコッペパン やさいスープ とりにくのピカタ、ゆでブロッコリー プリン
はたらき つくる	ぎゅうにゅう あぶらあげ とうふ とりひきにく たまご のりつくだに	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず	ぎゅうにゅう ブリ	ぎゅうにゅう ぶたにく ひじき	ぎゅうにゅう ウインナー とりにく たまご こなチーズ
はたらき うごかす	こめ あぶらあげ さとう	ラーメン かたくりこ あぶら さとう ゴマ	こめ さとう かたくりこ ゴマ	こめ あぶら さとう ゴマあぶら	くろコッペパン じゃがいも こむぎこ あぶら プリン
はたらき ととのえる	チンゲンサイ たまねぎ にんじん しいたけ ピーマン だいこん きゅうり	キャベツ たまねぎ にら にんじん ねぎ にんにく ごぼう りんご	だいこん こまつな にんじん しめじ ねぎ たまねぎ ピーマン はくさい ほうれんそう	たまねぎ にら にんじん しょうが にんにく かぼちゃ えのきだけ コーン きゅうり	キャベツ たまねぎ にんじん ブロッコリー
ひにち	23 きんろうかんしゃのひ	24	25	26	27
こんだて		カレーうどん のりあえ みかん	ごはん みそしる（あつあげ・わかめ） ホイコーロー きゅうりづけ	シーフードピラフ たまごのフワフワスープ チーズフォンデュサンドコロッケ ゆでやさい	ごはん みそしる（こまつな・こうやとうふ） サバのしおやき だいこんのそぼろに
はたらき つくる		ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ のり	ぎゅうにゅう あつあげ わかめ ぶたにく	ぎゅうにゅう イカ アサリ とうふ たまご こなチーズ	ぎゅうにゅう こうやとうふ サバ とりひきにく
はたらき うごかす		うどん さとう かたくりこ	こめ あぶら さとう ゴマあぶら かたくりこ ゴマ	こめ あぶら バター パンこ	こめ さとう かたくりこ
はたらき ととのえる		たまねぎ にんじん しめじ ねぎ もやし ほうれんそう みかん	ねぎ しょうが キャベツ たまねぎ ピーマン にんにく きゅうり	たまねぎ にんじん コーン グリンピース チンゲンサイ キャベツ きゅうり	こまつな だいこん にんじん しょうが いんげん
ひにち	30				
こんだて	ふかいしょうてんのクロワッサン ぶたとまめのハヤシシチュー チキンサラダ いちごクレープ				
はたらき つくる	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず なまクリーム ササミ				
はたらき うごかす	クロワッサン じゃがいも あぶら ゴマあぶら さとう ゴマ いちごクレープ				
はたらき ととのえる	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり あかピーマン				

☆ 食材の都合により、献立が変更になる場合があります。

☆ 牛乳は、毎日つきます。

☆ はたらきには、主に使用している食材を記載しています。