

☆11月分 給食予定献立



月	火	水	木	金
11月24日新米 「サキホコレ」！！  11月8日は 「いい歯」の日☆		1 ・しょうゆラーメン ・牛乳 ・三色ナムル ・りんご蒸しパン 熱 856kcal た 38.1g	2 ・ご飯 ・牛乳 ・焼き魚（塩ほっけ） ・すき昆布炒め ・玉ねぎのかきたま汁 熱 722kcal た 34.7g	3 文化の日 
		6 ・ご飯 ・牛乳 ・チキンのマーマレード 焼き ・ひじきの五目煮 ・小松菜の味噌汁 熱 780kcal た 38.3g	7 ・ご飯 ・牛乳 ・きんとんパイ ・豚にら炒め ・なめこの味噌汁 熱 827kcal た 29.1g	8 ・米粉パン ・牛乳 ・バジルチキン ・カラフルサラダ ・コーンスープ 熱 673kcal た 34.8g
13 ・ご飯 ・牛乳 ・豚肉のにんにく味噌焼き ・磯香あえ ・じゃがいもの味噌汁 熱 813kcal た 33.0g	14 ・ご飯 ・牛乳 ・いわしのオレンジ煮 ・ひじきのウインナー炒め ・豆腐の味噌汁 熱 835kcal た 29.1g	15 ・山菜うどん ・牛乳 ・ビーンズサラダ ・さつまいも蒸しパン 熱 918kcal た 40.5 g	16 ・ご飯 ・牛乳 ・鶏のハニーマスタード焼き ・シーザーサラダ ・わかめと春雨のスープ 熱 886kcal た 33.9 g	17 ・チキンカレー ・牛乳 ・ウインナー ・大根サラダ 熱 1,079kcal た 35.3 g
20 ・ご飯 ・牛乳 ・餃子 ・豚肉とキャベツの甘味噌炒め ・生姜のスープ 熱 832kcal た 30.5 g	21 ・タコライス ・ジョア（ストロベリー） ・フルーツポンチ ・たまごスープ 熱 918kcal た 32.3 g	22 ・ご飯 ・牛乳 ・鮭の黄金焼き ・ごまきんぴら ・厚揚げの味噌汁 熱 846kcal た 37.9 g	23 勤労感謝の日  心を込めて	24 ・ご飯（サキホコレ） ・牛乳 ・さばの味噌煮 ・筑前煮 ・玉ねぎの味噌汁 熱 856kcal た 34.0 g
27 ・ご飯 ・牛乳 ・鶏肉マヨカレー焼き ・厚揚げとこんにゃくの煮物 ・わかめの味噌汁 熱 951kcal た 42.8 g	28 ・わかめご飯 ・牛乳 ・かぼちゃカマンベール チーズコロッケ ・ツナサラダ ・肉団子スープ 熱 820kcal た 23.6 g	29 ・味噌ラーメン ・牛乳 ・かにかまナムル ・果物（りんご） 熱 721kcal た 30.0 g	30 ・ご飯 ・牛乳 ・鶏竜田のり揚げ ・野菜のきのこ和え ・大根の味噌汁 熱 712kcal た 25.4 g	毎日しかり 

教職員研究会のため、いつもより早い給食時間となります。