11月分　給食予定献立

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
・ご飯 ・牛乳 ・豚肉のしょうが焼き ・野菜のなめたけあえ ・厚揚げのみそ汁 熱 830kcal た 33.8g	文化の日 	・ハヤシライス ・ジョア(ストロベリー) ・ビーンズサラダ 熱 762kcal た 22.4g	・カレーそぼろ丼 ・牛乳 ・ツナサラダ ・白菜のスープ 熱 887kcal た 38.1g	・かぶと ブロッコリーのパスタ ・牛乳 ・コールスローサラダ ・ココア蒸しパン 熱 802kcal た 26.7g
9	10	11	12	13
・ご飯 ・牛乳 ・鶏のママレード焼き ・豚にら炒め ・水菜のスープ 熱 768kcal た 41.1g	・ご飯 ・牛乳 ・鶏カレー風味から揚げ ・春雨炒め ・わかめスープ 熱 776kcal た 25.1g	・たまごとじうどん ・牛乳 ・ちくわのマヨネーズ焼き ・野菜の海苔あえ 熱 752kcal た 25.4g	・ご飯 ・牛乳 ・さばの塩焼き ・韓国風肉じゃが ・大根のみそ汁 熱 962kcal た 43.5g	・洋風ピラフ ・牛乳 ・マカロニサラダ ・肉団子とたまごのスープ 熱 894kcal た 27.5g
16	17	18	19	20
・青菜ご飯 ・牛乳 ・野菜春巻き ・切干大根のツナマヨあえ ・せりのスープ 熱 844kcal た 22.8g	・ご飯 ・牛乳 ・餃子 ・きゃべつと 豚肉の甘みそ炒め ・中華風コーンスープ 熱 878kcal た 31.2g	・タンメン ・牛乳 ・ささみサラダ ・キャラメルポテト 熱 875kcal た 33.1g	・ご飯 ・牛乳 ・鮭のミートソース焼き ・すき昆布炒め ・麩と小松菜のみそ汁 熱 764kcal た 36.8g	・秋野菜のトマトパスタ ・牛乳 ・ブロッコリーの ペペロンチーノ ・さつまいもりんごパイ 熱 825kcal た 26.4g
23	24	25	26	27
勤労感謝の日 	・ご飯 ・牛乳 ・ささみチーズフライ ・ひじきのウインナー炒め ・しめじのみそ汁 熱 765kcal た 23.4g	・なべっこ風うどん ・牛乳 ・野菜のごまマヨあえ ・かぼちゃ蒸しパン 熱 777kcal た 26.4g	・キーマカレー ・ジョア(プレーン) ・きくらげサラダ 熱 880kcal た 31.9g	・スタミナ丼 ・牛乳 ・野菜の昆布あえ ・かぶのスープ 熱 757kcal た 31.2g
30				
・ご飯 ・牛乳 ・鶏のごまねぎ焼き ・ごぼうの甘辛炒め ・せんべい汁 熱 847kcal た 39.5g	☆今月の五城目産食材☆ ・お米　・たけのこ水煮　・ねぎ ・さつまいも　・切干大根　・みそ			